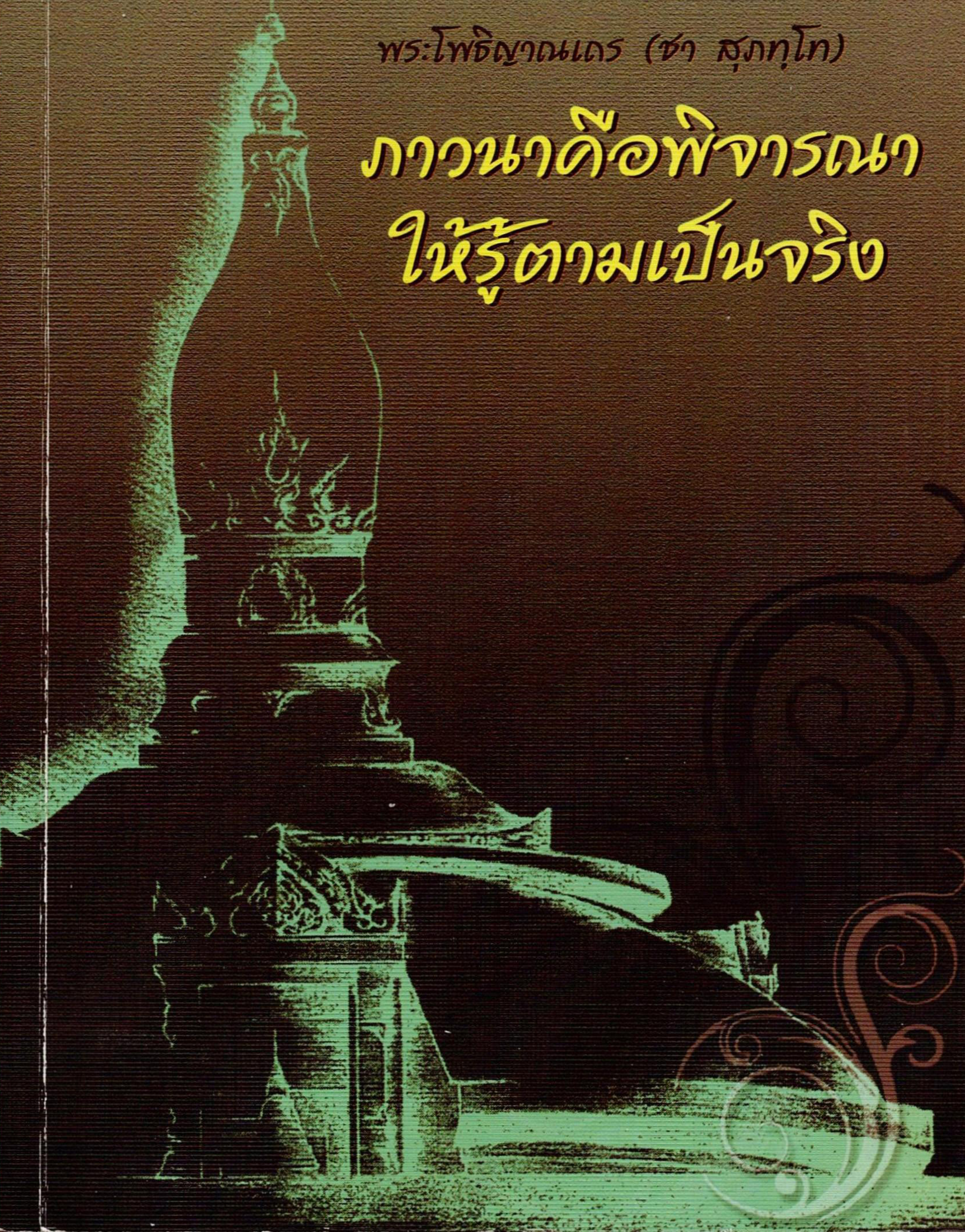
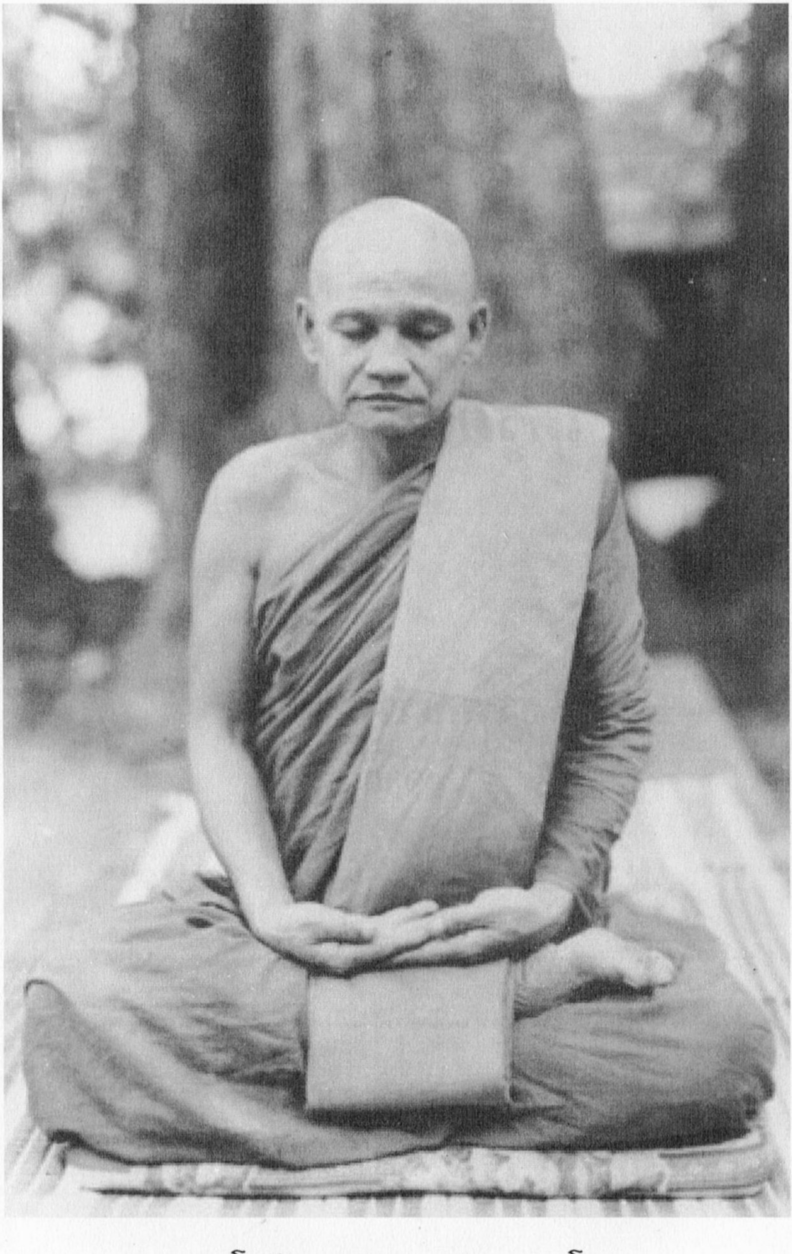
พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง



ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) มรดกธรรมเล่มที่ ๑๑



พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

วัดหนองป่าพง จ.อุบลราชธานี

ภาวนาคือพิจารณา ให้รู้ตามเป็นจริง

ธรรมบรรณาการ

จาก

....

....

....

ภาวนาคือพิจารณา ให้รู้ตามเป็นจริง

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

วัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ
จังหวัดอุบลราชธานี

มรดกธรรม เล่มที่ ๑๐

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

เรื่อง : ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง

ISBN : 974-497-500-8

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง (ประธานกรรมการกองทุนมรดกธรรมฯ)

ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓, ๐-๔๕๒๖-๘๐๘๔

โทรสาร ๐-๔๕๒๖-๘๐๘๔

ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการมรดกธรรมฯ

เมื่อวันที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๔๔

ธันวาคม ๒๕๕๑	จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม
สิงหาคม ๒๕๕๕	จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ : บริษัท ที คิว พี จำกัด

๖๘๕ ซ.ลาดพร้าว ๗๑ ถ.ลาดพร้าว แขวงวังทองหลาง

เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ ๑๐๓๑๐

โทรศัพท์ ๐๒-๙๕๖-๑๙๓๗, ๐๘๐-๕๙๙-๖๖๘๒

มรดกธรรม

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

มรดกธรรมเล่มที่ ๑๐ *"ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง"* เป็นหนังสือคำสอนของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ที่ฝากไว้เป็นมรดกธรรมแก่เหล่าศิษยานุศิษย์ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาปฏิบัติให้ถูกต้องตรงตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้

อนึ่ง มรดกธรรมในรูปแบบต่าง ๆ ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ฝากไว้ ไม่ว่าจะเป็นหนังสือ, เทปเสียง ตลอดทั้งในรูปแบบอื่น ๆ ยกเว้น รูปหล่อ รูปเหรียญ หรือวัตถุมงคลต่าง ๆ อันเกี่ยวกับพระเดชพระคุณหลวงปู่ที่ท่านไม่ยินดีให้จัดทำ ล้วนแต่เป็นมรดกอันล้ำค่า นับวันจะผิดเพี้ยน ลบเลือนไป

คณะศิษย์จึงได้แต่งตั้งกรรมการขึ้น เพื่อจัดการดูแล ตรวจสอบศาสนสมบัติอันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ให้คงสภาพเดิม เป็นไปตามเจตนารมณ์ขององค์ท่าน

อานิสงส์อันเกิดจากมรดกธรรมในมือท่านเล่มนี้ ขอถวายเป็นอาจริยบูชาแด่พระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ตลอดทั้งผู้ที่ได้สัมผัส ขอจงประสบความสำเร็จเจริญรุ่งเรืองในพระสัทธรรมคำสอนขององค์พระบรมพุทธศาสดาตลอดไปด้วยเทอญ

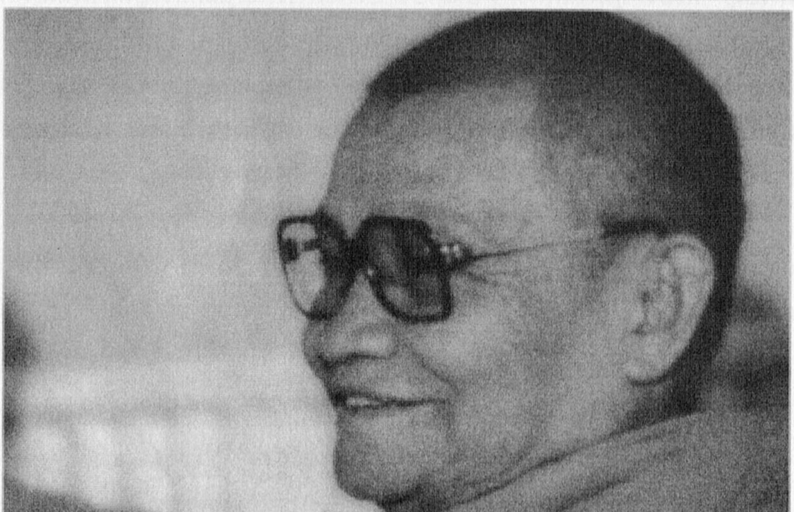
๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๔๔

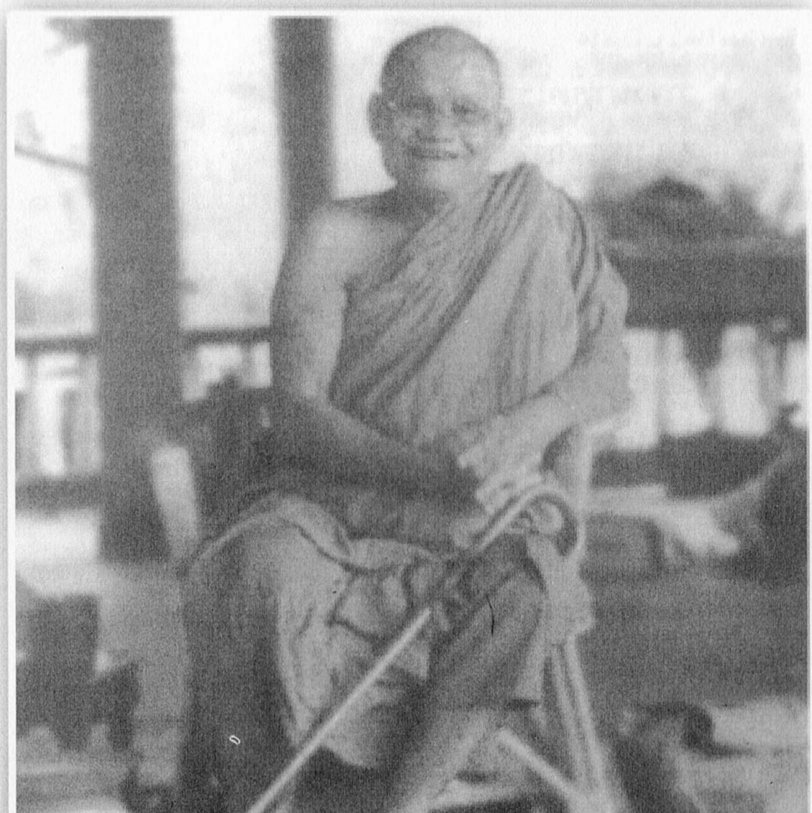
เจ้าอธิการเลี่ยม จิตธมฺโม

(เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง)

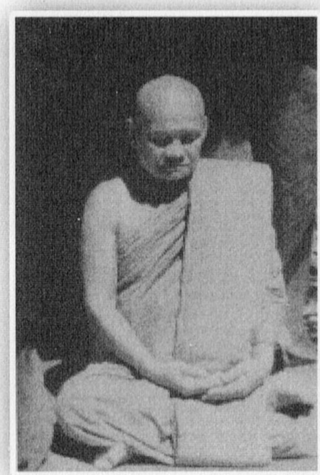
ประธานกรรมการจัดการมรดกธรรมพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)





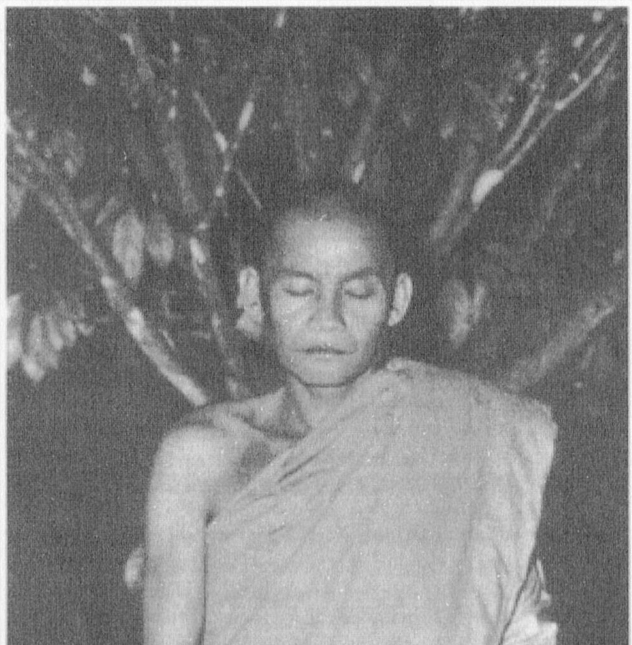


สารบัญ



อารมณ์วิปัสสนา

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)



เรื่องที่ทำจิตนี้...เป็นเรื่องแรก
ท่านเรียกว่า...ทำกรรมฐาน เวลานั่ง ให้จิตมีอารมณ์เดียวเท่านั้น
ให้อยู่กับลมเข้า ลมออก แล้วจิตก็ค่อยสงบ...สงบไปเรื่อย ๆ

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

ภาวนาพุทโธ

ให้ภาวนาพุทโธ ๆ ให้มันแทรกซ้อนขึ้นอยู่ในดวงจิตของเรา **พุทโธนี้เป็นคำแทนชื่อของความรู้ของพระพุทธเจ้า** ต้องอาศัยคำนี้ให้มากที่สุด รู้จิตของเรา รัตนะอย่างหนึ่ง สติมันก็มีแต่ความรู้มันก็มี ก็รู้สึกว่า ความรู้ของสัตว์ *สติมันก็มี เว้นมันจะตะครุบสัตว์กินอาหารมันก็มีสติ จับสัตว์มาแล้ว ถึงตัวจะหลุดไม้หลุดมือมัน มันก็มีสติ* นั่นมันก็มีสติแบบหนึ่ง ดังนั้นเราถึงแยกเป็นสติ พระพุทธเจ้าของเราสอนให้ภาวนาว่าพุทโธ ๆ คือ ให้มันตรึก คือความที่จิตตรึก จิตตื่นขึ้นเพราะความรู้อันนี้ ถ้าความรู้อันนี้เกิดขึ้นมาแล้ว มันก็มองเห็นจิตของเรา ถ้าพุทโธนี้ยังไม่ตื่นขึ้นถึงมีสติอยู่มันก็ยังไม่รู้มันก็ยังไม่เกิดประโยชน์ มันก็ยังไม่มองเห็นชัด ถ้าความสว่างนี้มันมากขึ้นมา วัตถุที่มันปิดบังอยู่นั้น มันก็มีความสว่างเข้าไปถึงมัน มันก็ไปรู้จักเข้าไปทุกที ๆ

ปฏิปทาของจิต

เหมือนอย่างว่าเราสอนเด็ก เด็กนี่มันไม่รู้จักภาษา เราจะเร่งมันเกินไปก็ไม่ได้ จะดุมันเกินไปก็ไม่ได้ สอนมันเกินไปมันไม่เอาใจใส่

จิตเราก็เหมือนกันเช่นนั้น ควรสรรเสริญมันเป็นบางครั้ง ควรนินทามันเป็นบางคราว เหมือนกับเด็ก ถ้าเราดุมันบ่อย เอาจริงเอาจังจนเกินไป มันก็เดินไม่ถูกทางทั้ง ๆ ที่มันตั้งใจจะสร้างความดี มันก็ไม่รู้ เดินก็ไม่ถูกทาง นี่คือเราเร่งมันเสียเกินไป หมายถึงว่า สัมมาปฏิปทา ๆ ปฏิปทาคือการประพฤติปฏิบัติทางกาย วาจา จิต นี่เราพูดเรื่องของจิต

ปฏิปทาของจิต พระพุทธองค์ให้รู้จักทรมานจิต สอนจิต อุบายที่เราสอนจิตของเรา บางทีจิตของเรามันเศร้าโศก บางทีมันก็ร่าเริง เรื่องของจิตมันก็เป็นของมันอย่างนั้น เหมือนกับเด็ก เหมือนกับเด็กที่มันไม่รู้จักภาษา ถ้าพ่อแม่ที่คุ้มครองเด็ก มันรู้ภาษายิ่งกว่าเด็ก รู้อยู่เหนือ

เด็ก มันก็เป็นคนรู้เหนือเด็ก ก็สามารถที่จะมองเห็นเด็กว่า มีความบกพร่องมากที่ไหน ทุกที ๆ

จิตเรานี้ก็เหมือนกัน จิตนี้ก็เป็นอย่างนั้น ถ้าเรามีความรู้ความฉลาดขึ้นยิ่งกว่า จิตที่เรียกว่าพุทโธ มันก็มองเห็นอาการจิต มองเห็นตัวจิต มองเห็นอาการจิตในทุกอย่าง ถ้าเป็นเช่นนั้นมันก็เกิดอุบาย ถึงแม้มันจะสงสัย ถึงแม้มันจะอะไรทุกอย่าง มันก็เป็นเรื่องของจิต

ส่วนตัวรู้ ที่เรียกว่าพุทโธ นั่นน่ะ เหมือนกับพ่อแม่ของเด็ก เด็กปล่อยไป มันจะวิ่งไปที่ไหน มันจะคลานไปที่ไหน อะไรที่ไหน พ่อแม่ผู้ที่เป็นครูอาจารย์ของเด็ก ก็ต้องรู้เรื่องของเด็ก เป็นธรรมดาอย่างนั้น

บางทีเราก็คิดเกินไป ถ้าสอนเด็กก็เลยนึกมันเกินไป มันก็ยิ่งกลายไป สอนเท่าไรมันก็ยิ่งกลายไป จนเกิดที่เดินไม่ถูก มันเดินไม่ถูก

สติความระลึกได้นั้นก็อาศัยพุทโธ ผู้รู้ต้องรู้แจ้ง คือความสว่างเกิดขึ้นมา เมื่อความสว่างเกิดขึ้นมา ก็คล้าย ๆ กับที่ว่าเราอยู่ในที่มืด ความสว่างมีไม่ค่อยจะทั่วถึงที่มันปิดบังอยู่ เป็นวัตถุอันใดอันหนึ่งมันตั้งอยู่

ทางออกของพระอริยเจ้า

เรื่องของจิตนี้มันเป็นเรื่องสำคัญที่สุด ก็คือ มันเรื่องสงสัย เรื่องสงสัยนี้มันเป็นเรื่องที่สำคัญอันหนึ่ง **สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส นี้เป็นทางออกของพระอริยเจ้าทั้งหลาย** แต่เราเห็นอยู่ตามตัวหนังสือ ไม่ใช่เห็นตามความเป็นจริง

สักกายทิฐิ การออกจากกายของตัวตน ซึ่งเราเรียกว่า ตัวตนของเราหรือของบุคคลอื่นอย่างนี้ สักกายทิฐิมันคือ ตัว มันหมายถึงตัวของเราว่า ความเห็นตามกายนี้ กายนี้อันซึ่งเรามาทำความเห็นว่า ให้มันรู้ตามความเป็นจริงของมันเสียคือเรื่องกาย กายนี้มันก็เป็นประเภทหนึ่งอันจะเป็นกิเลสที่จะขวางจิตใจของมนุษย์เราทั้งหลาย ไม่ให้เห็นธรรมะเป็นส่วนที่สำคัญ

ฉะนั้น พระอุปัชฌาย์อาจารย์ ท่านสอนกรรมฐานท่านก็สอนสักกายทิฐินี้ ที่เรียกว่า **เกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ อันนี้ก็เป็นเรื่องสักกายทิฐิ เป็นเครื่องออก**

แก่กุลบุตรกุลธิดาทั้งหลาย ก็ถูกพระอุปัชฌาย์สอนกรรมฐานนี้ทั้งนั้น แต่มันก็ยังไม่รู้ ไม่เห็น คือไม่รู้ตามความเป็นจริงของมัน *ไม่รู้ตามความเป็นจริงของมัน มันก็ยังมีความยึดมั่น มีความถือมั่นอยู่นั่นเอง*

ของสักว่า

พระพุทธองค์ท่านสอนว่าให้ออก ให้ออก คือให้เห็นชัดเข้าไปในกายตนนี่ กายบุคคลอื่นมันก็สม่ำเสมอกัน **ไม่มีอะไรที่แปลกกันในกาย กายนี้ก็สักว่ากาย ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา เรียกว่า กายานุปัสสนา** เป็นกาย ขึ้นชื่อว่ามันเป็นกาย เราก็ไปยึดมั่นถือมั่นว่าไอ้กายก้อนนี้เป็นเรา ว่านี่เป็นเขา หรือกายก้อนนี้เป็นของเที่ยง เป็นของสะอาด อย่างนี้ยึดไว้ในใจของเรา อย่างนี้ก็เรียกว่ากายมันยึดไว้

สักกายทิฐิ สงสัยในสกลกายของเรานี้ ยังไม่ทะลุเมื่อเป็นเช่นนั้น มันก็เรียกเป็นอัตตา ยึดมั่นถือมั่นว่าตัวว่าตน โดยที่สมมุติไว้ อย่างไม่มีทางแก้ไขอะไรเลย นี่อันหนึ่ง ถ้าว่าเห็นตามความเป็นจริงอันนี้ ตามความจริงของมันแล้ว **มันจะเห็นกายอันนี้ว่าสักแต่ว่า สักแต่ว่า การที่ว่าสักแต่ว่านั่นมันทำลายความรู้สึก ความรู้สึกเช่นนี้มันทำลายอุปาทาน** มันถอนออกไป มันทิ้งออกไปสักแต่ว่าเราควรคิดดูว่า *"เออ มันสักแต่ว่าเท่านั้นนะ"* พอพูดคำสัก

แต่ว่าขึ้นเท่านี้ มันก็มีความปล่อย มีความปล่อยวาง มันเป็นของสักแต่ว่า อันนี้ให้มีความรู้สึกอยู่ในใจเสมอว่านี่สักแต่ว่า กายนี้สักแต่ว่ากาย วิจิกิจฉา มันก็ถอนออกไปพร้อมกัน ถ้ามันนึกสักแต่ว่า กายนี้ก็สักแต่ว่ากาย ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา อย่างนี้ชัดเข้าไปเมื่อไร ไอ้ความสงสัยคือความลังเลสงสัยนี้ มันก็ค่อย ๆ ไปตามกัน

สีลัพพตปรามาสในใจของเรานี่แหละ มันจะลูบคลำว่ามันเป็นนั้น ว่ามันเป็นนี้ มันก็ไม่มี เพราะมันเนื่องมาจากสักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส อันนี้มันเป็นไวพจน์ซึ่งกันและกัน ถ้าเราเห็นชัดว่า มันเป็นอย่างนั้น วิจิกิจฉาเกิดขึ้นเมื่อไร สักกายทิฐิเกิดขึ้นเมื่อไร มันก็ปล่อยวาง วิจิกิจฉาความลังเลสงสัยมันก็ไปพร้อม เรียกว่าดับ การลูบคลำอย่างนี้ มันก็พร้อมไป พร้อมกัน เห็นเป็นส่วนหนึ่ง ถ้าเราพยายามยกขึ้นมาพิจารณาอยู่เสมอว่าในกายก้อนนี้ส่วนนั้นเป็นอย่างนั้น ส่วนนี้เป็นอย่างนี้ส่วนนั้นเป็นอย่างนั้นอยู่สม่ำเสมอ โดยที่ว่าเราพยายามติดต่อไว้เสมอเรื่อย ๆ

ขอบเขตของสมาธิ

ที่มันจะรู้ชัดอีกอย่างหนึ่งก็เรียกว่าเราทำจิตให้สงบ **จิตที่มันสงบนี้ก็คือจิตมันเป็นสมาธิ อุปจารสมาธิ ขณิก-สมาธิ อัปปนาสมาธิ** คำที่ว่าสมาธินี้ มันก็เป็นเรื่องของขณะจิต

อุปจารสมาธิ อุปจารสมาธินี่ เรานั่งหาความสงบมันก็สงบ อุปจาระน่ะมันเที่ยว **เที่ยวอยู่ในวงจรของมัน มันไม่เที่ยวไปจากขอบเขตของมัน** ขอบเขตของสมาธิ คือความมั่น แต่มันก็มีเรื่องสลับซับซ้อนกันไป สงบบ้างไม่สงบบ้าง คำที่ว่าไม่สงบนั้น มันก็สงบส่วนหนึ่ง แต่ว่ามันไม่นิ่งแน่ แต่ว่ามันจรไป มันเที่ยวไป เที่ยวไปมันก็เที่ยวไปในบ้านเราน่ะ เที่ยวไปในขอบเขตของความสงบ มันไม่ได้เที่ยวไปที่อื่น เที่ยวไปในส่วนที่มันเป็นกุศล ไม่ได้เที่ยวไปในบาปอกุศล มันเที่ยวไปในกุศล ก็ได้ความว่าจิตในขณะนั้นมันเป็นกุศลแล้ว มันเป็นกุศลธรรมแล้ว ถึงแม้ว่ามันสงบเป็นบางครั้ง ก็เรียกว่ามันนิ่ง

สงบประการที่สองนั้น มันก็เรียกว่า มันจรไป

เที่ยวไป มันเที่ยวไป มันก็เที่ยวไปในความสงบ ในความสงบนั้นไม่มีความเสียหาย อันนี้เป็นเรื่องดำเนินการที่มันจะเป็นอยู่

ขณิกสมาธิ ไม่นาน เป็นขณะ มันทำแล้วก็วูบไปสงบแล้วก็ถอนมา แล้วก็สงบ มันเป็นขณิกสมาธิ อาการมันคล้าย ๆ กัน ท่านจึงเรียกอุปจารสมาธิ ขณิกสมาธิ อัปปนาสมาธิ คือสมาธิไม่เหมือนกัน ตัวที่มันสงบนั่นมันเหมือนกัน อาการที่มันสงบนั้นมันต่างกัน อันหนึ่งมันจรไปมันเที่ยวไป แต่เที่ยวไปในวงจรที่มันสงบ ไม่เที่ยวไปในวงจรที่มันวุ่นวาย กลับมานิ่งบ้าง เที่ยวไปบ้าง คล้าย ๆ กับที่เราเดินไปแล้ว บางทีเราหยุดอยู่บ้าง บางทีเราก็เดินไปบ้างเราหยุดอยู่บ้าง อย่างนี้ ถ้าหากว่าเทียบในรูปของเราเองบางทีเราก็เดินไป เที่ยวไป หยุดอยู่พักหนึ่ง แม้ว่ามันหยุดนิ่งจริง ๆ แต่ว่ามันก็หยุดนานไม่ได้ อย่างนี้มันเป็นขณิกสมาธิ อันนี้พูดถึงเรื่องจิตล้วน ๆ มันจะเป็นอย่างนี้

อัปปนาสมาธิ มันจะมีความสงบระงับอย่างแยบคาย ถึงแม้ว่ามันจะมีเสียงข้างนอก รูปข้างนอก เสียงข้างนอกอะไร เป็นของข้างนอก นอกจากจิตของเจ้าของแล้วมันจะไม่มารบกวนเรา ถึงแม้ได้ยินอยู่มันก็ไม่รบกวน ได้ยินก็เหมือนไม่ได้ยิน รู้ก็เหมือนมันไม่รู้ คือมันปล่อย

มันมีอาการปล่อย มันมีอาการวางอยู่ในตัวของมันเสร็จ เข้าไปอยู่นาน ๆ เมื่อมันอยู่นาน บางทีมันก็ถอยออกมา ถอน เมื่อมันถอนออกมาอย่างนี้ บางขณะมันก็เห็น บางที รูปของเรานี่เอง หรืออสุภะอะไรนี่ มันฟูขึ้นมา มันฟูขึ้น มาถึงจะเห็นตัวของเรา นี่เป็นตัวอย่าง มันจะเห็นชัดขึ้นมา คือมันเป็นไปในทางที่สงบมันจริง ๆ นี่ถึงได้ว่าหลับตาเข้า มันเห็นชัด ลืมตาแล้วไม่เห็น หลับตาแล้วมันเห็นชัดมาก ขณะที่นี้ก็บางทีก็จะเป็นอสุภะ สิ่งที่เรากำหนดว่ามันไม่แน่ มันไม่สวย มันไม่งาม มันเป็นของไม่สะอาด มันเป็นของ ไม่เป็นแก่นเป็นสาร

อุบายทั้งหลายเหล่านี้ ที่เราน้อมเข้ามาไว้ในใจของเรา มันก็จะเกิดขึ้นมา บางทีก็เป็น นึกถึงเรื่องอสุภะ มันก็ ฟูขึ้นมาชัดเข้าไปกว่านั้น เห็นเข้าไปกว่านั้น เห็นจนจิตเรา สลด จิตเรามันสังเวช มันเห็นชัดเข้าไปจริง ๆ อย่างนั้น นี่เรียกว่าเห็นด้วยความสงบ เมื่อคนเห็นด้วยความสงบ การพิจารณาอยู่ที่ในความสงบนั้น มันก็เห็นชัดเข้าไป ยิ่งแน่เข้าไป ชัดเข้าไป มันค้นอยู่ในความสงบของมันนั้น อย่างนี้เรียกว่า กรรมฐาน

ที่เรียกว่าสักกายทิฐินี้ มันก็ช่วยให้ทำลายออกไปเรื่อย ๆ หมดไป วิจิกิจฉาความสงสัยนี้ มันก็ไม่มีในร่างกายก้อนนี้

เกิดนิพพิทา

สีลัพพตปรามาส ถึงแม้ว่ามันจะเป็นโรคอะไร มันจะเป็นอันไหน มันจะเป็นโรคอะไร มันจะป่วย มันจะเจ็บ มันจะไข้ อะไรก็ตามที่มันเกิด มันเป็นเหตุที่ให้ร่างกายอันนี้มันไหวไปตามเรื่องของมัน ไอ้ความรู้ของเรา มันก็ตั้งมั่นอยู่ จิตมันก็เป็นส่วนจิต กายก็เป็นส่วนกาย มันเป็นคนละอย่าง มันเป็นคนละท่อน มันเป็นคนละตอนนี้เรียกว่า จิตเข้าไปเห็นสภาพของกายอย่างแน่นอน อย่างนี้ **ความรู้สึกของร่างกายนั้น เมื่อดูในความสงบแน่ชัดแล้ว มันก็จะเกิดนิพพิทา** ความเบื่อหน่าย ไอ้ความเบื่อหน่ายนั้นมันเกิดมาเพราะความสลดสังเวช ความเบื่อหน่ายตรงนั้น จะกลัวมันก็ไม่ใช่ จะเกลียดมันก็ไม่ใช่ จะอิจฉาจะพยาบาทมันไม่ใช่ทั้งนั้น มันจะมีอาการต่างจากความเบื่อหน่ายของมนุษย์ปุถุชนเรา เบื่อหน่ายของมนุษย์ปุถุชนเรา ไม่อยากรู้อย่างนั้น ไม่อยากเห็นอย่างนั้น ไม่อยากเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่อย่างนั้น ความเบื่อหน่ายอันนี้คือ

ความปล่อยวางตามธรรมชาติของมัน ไม่ไปยึดว่า แกจงเป็นอย่างนั้น แกจงเป็นอย่างนี้ ไม่มี ปล่อยตามสภาพมัน ไม่ต้องอดอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นการชัดอย่างนั้น **สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส** สิ่งทั้งสามประการนี้ เป็นพื้นฐานอยู่ ก็เรียกว่า ไม่หลงทางแล้ว เป็นต้นตอเป็นต้นทาง เป็นความจริง หรือเราจะจัดในรูปที่ว่าเป็นอริยสัจก็ได้ อริยสัจสี่ จะต้องผ่านเข้าไปทุกองค์ ทุกพระองค์จะต้องผ่านตรงนี้ **รู้จักอริยสัจสี่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค เหตุให้ทุกข์เกิด ทุกข์ก็รู้จัก เหตุที่จะให้ทุกข์เกิดก็รู้จัก ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์** มันก็รู้จักในสถานอันเดียวกันนั้น มันจะรวมกันเป็นมรรคสามัคคีนั้น ท่านให้มันรู้ภายในความสงสัยทั้งหลายเหล่านั้น มันจะมารวมตรงนั้น มันจะมาตัด

ทีนี้ล่ะอาการจิตของเรา มันเป็นธรรมดา กรรมเก่าจิตของเรานี่ ที่เราพยายามทำอันโน้นอันนี้ เรื่องทุกข์เรื่องยาก เรื่องสนุกสนานอะไร มันก็ฟูขึ้นมา อันนั้นมันเป็นของเก่า เราก็รู้ว่า อันนี้มันเป็นของเก่า แต่ว่ามันไม่เพิ่มขึ้นอีก สิ่งที่เกิดก็ดับไปแล้ว สิ่งที่ยังไม่เกิดมันก็ไม่เกิด คำที่ว่า**เกิดนี้ หมายถึง อุปาทาน** ความยึดมั่นถือมั่น แต่ว่าอาการของจิต ซึ่งกิเลสตัณหา ที่มันเคยอบรมมาแล้ว

นั่นน่ะ มันก็ยังเป็นอยู่อย่างนั้น เมื่อมันเป็นอยู่อย่างนั้น จิตก็เป็นไปตามนั้นไม่ได้ มันคนละอย่างกันแล้ว จิตนั้น มันคนละอย่างกัน หรือจะเปรียบว่า น้ำมันกับน้ำท่าหรือ น้ำฝนเราอย่างนี้ มันมีน้ำหนักต่างกันมาก แต่ว่าเราจะเอา ไว้คนละขันก็ได้ จะรวมกันในขันเดียวก็ได้ จะรวมในขวด เดียวกันก็ได้ แต่ว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันไม่แทรกซึมกัน น้ำมันก็ไม่แทรกซึมกับน้ำท่า น้ำท่าก็ไม่แทรกซึมกับน้ำมัน มันเป็นคนละตอน ขวดนั้นเปรียบเหมือนโลกอันหนึ่งที่ บรรจุน้ำ บังคับน้ำให้อยู่ในขวด นั่นมันเป็นโลก เราอยู่ใน โลกนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น ก็ทำตามภาษาของโลก คืออยู่ ร่วมของโลก จะไปก็พูดว่าไป จะมาก็พูดว่ามา จะอะไร ก็พูดอย่างนั้น พูดตามโลกไป เหมือนกันกับน้ำที่อยู่ใน ขวด อยู่ในขวดเดียวกันนั่นแหละ แต่ว่ามันไม่แทรกซึม เข้าไปเหมือนเราอยู่ในโลกนี้ พระพุทธเจ้าถึงรู้โลกอันนี้เป็น โลกวิทู รู้โลกอันนี้

ปล่อยวางในอายตนะ

อายตนะคืออะไร? คือมีตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต มีอยู่อย่างเก่า หูก็จะรับเสียง ฟังเสียง จมูกก็มีหน้าที่รู้จักกลิ่นเหม็น หอม รส ลิ้นก็รู้จักรสเปรี้ยว หวาน มัน เค็ม โผฏฐัพพะก็รู้จักเย็น ร้อน อ่อน แข็ง จิตก็รู้จักธรรมารมณ์ที่บังเกิดขึ้นกับจิตอยู่อย่างเก่า เขาจะทำงานอยู่อย่างเก่า อย่างเดิม ที่เรียกว่าหูเคยได้ยินนี่ มันไม่ได้ยิน จมูกเคยได้กลิ่น มันก็ไม่มีกลิ่น ลิ้นเคยมีรส มันก็ไม่มีรส ร่างกายถูกต้องโผฏฐัพพะ เคยมีแล้วมันไม่มีอย่างนั้น

อันนี้มันอยู่เสมอเก่ามัน แต่ว่า**ความรู้สึกน่ะ มันจะสักแต่ว่า ไม่มีความสำคัญมั่นหมายในอายตนะต่าง ๆ** เหล่านั้น ปล่อยมันรู้ว่ามันปล่อย รู้ในธรรมะที่แท้จริง รู้แล้วมันปล่อย รู้แล้วมันวาง รู้แล้วมันปล่อย รู้แล้วมันวาง ไม่ใช่รู้มันยึด มันถือ รู้แล้วทุกข์ ไม่ใช่อย่างนั้น **ความรู้ในธรรมะที่แท้จริงน่ะมันรู้ปล่อยรู้วาง** รู้แล้วมันก็ปล่อยมันวางลงไป ก็เรียกว่ามันไม่ลูบคลำนั่นเอง ไม่

ลูบคลำในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ เมื่อหากว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต มันรู้อารมณ์ขึ้นมาเช่นนี้ ไอ้การที่เข้าไปช่วยมัน ซ้ำเติมมันไม่มี ไม่มี เมื่อมันกระทบกันแล้ว มันก็ปล่อยไป มันจะวางของมันไป คือหมายความว่า ถ้ามันรัก มันจะมีอาการรักแต่ไม่มีอุปาทานยึดมั่นถือมั่น ถ้ามันเกลียดก็เป็นสักแต่ว่าเกลียด ไม่มีตัวประธานมั่นหมาย คือมันรู้ปล่อย รู้วาง ทำไมมันได้ปล่อย ได้วาง? มันเห็นว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเป็นโทษ

เห็นแล้วมันก็เฉย ๆ ได้ยินแล้วมันก็เฉย ๆ ไม่เข้าข้างโน้น ไม่เข้าข้างนี้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย จิต ก็เหมือนกัน คิดขึ้นมาแล้วก็เฉย ๆ ปล่อยวาง มันปล่อยวาง เห็นว่าไอ้นั่นดี แต่ว่ามันก็ไม่มีอุปาทานมั่นหมายเป็นอาการของจิตเท่านั้น อันนี้ท่านเรียกว่าสักแต่ว่าอายตนะมีอยู่ อายตนะนั้นมีอยู่ แต่ว่าไม่มีอาการไปอาการมา เหมือนไปจากบ้านนี้ไปบ้านโน้น มาจากบ้านโน้นสู่บ้านนี้ ไม่ใช่อย่างนั้น แต่อายตนะนั้นมีอยู่ แต่ว่าไม่เข้าข้างโน้น ไม่เข้าข้างนี้ รู้การปล่อยวาง รู้แล้วก็ปล่อยวางแล้วเสร็จแล้วรู้ในการปล่อยวาง เช่นนี้แหละ ทุกแง่ทุกมุมมันจะเป็นของมันอยู่อย่างนี้

เห็นจิตในจิต

เรื่องจิตมันเป็นอยู่อย่างนั้น เราสังเกตได้ง่าย ๆ มันแปลก มันเปลี่ยน สิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ถ้ามันเกิดขึ้นมาแล้ว มันผิดเรื่องธรรมดาของเรา ไม่มีอะไร เช่นว่าพูดง่าย ๆ ว่า เราจะไปเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่นว่าพ่อเราตาย หรือแม่เราตาย อะไรเราตาย อย่างนี้เป็นต้น เมื่อเราได้ตั้งมั่นให้ดีแล้ว ก็คล้าย ๆ กับว่ามันไม่มีอะไร ไม่มีอะไรมันจะหวาด มันจะสะดุ้ง นอกจากความสลดสังเวชเท่านั้น รู้แล้วก็ปล่อย รู้แล้วมันวาง มันปล่อยวาง มันไม่สร้างทุกข์ให้เกิดขึ้นมา เพราะว่ามันรู้จักเหตุให้เกิดทุกข์ มันทุกข์ รู้ทุกข์ ทุกข์เข้าก็รู้จัก ทุกข์นี่มันเกิดมาจากเหตุอะไร? มันเกิดมาจากเหตุ คืออุปาทานอันนั้น มันก็ปล่อยวางมันเสียเหตุทุกข์มันก็มี สร้างขึ้นมาวาง วางด้วยปัญญา วางด้วยความรู้คือปัญญา ไม่ใช่วางด้วยความโง่ อย่างนี้

อันนี้พูดถึงจิตที่หากว่าเห็นธรรมะ พิจารณาธรรมะแล้วมันมีความสงบอย่างนี้ ถึงแม้เรานั่งหลับตา เมื่อความ

เห็นมันชัดเจนเช่นนั้น นั่งหลับตามันก็ยังเห็น ลืมตามันก็อย่างนั้น อะไร ๆ มันก็อย่างนั้น ผู้ตั้งจิตอยู่ในจิตแล้วถึงแม้จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอนที่ไหนมันไม่ลืม มันเกิดอยู่ในสิ่งที่ลืมไม่เป็น มันเกิดอยู่ในสิ่งที่ลืมไม่ได้ ลืมไม่เป็น จนมันเป็นอย่างนั้น **อันนี้พูดถึงผลที่การประพฤติปฏิบัติแล้วไม่สงสัย อนาคตก็ไม่สงสัย อดีตก็ไม่สงสัย ปัจจุบันนี้ก็ไม่ต้องสงสัย** แต่มีความรู้สึกว่ามันมีอดีต มันมีอนาคต มันมีปัจจุบัน มีอยู่ มีอยู่ แต่ว่ามันชัด ไม่ได้ห่วงอะไรอีก ทำไมถึงไม่ได้ห่วงอะไรอีก?

อดีตก็สิ่งที่มันผ่านมาแล้วนั่นน่ะ มันผ่านมาแล้ว เมื่อถึงปัจจุบันนี้ มันเป็นผลของอดีตนี่ *พูดง่าย ๆ อย่างเราไม่หิววันนี้ก็ได้ทานข้าวมาแต่อดีต เดี๋ยวนี้เราไม่หิว* ก็คือ*ผลของอดีตนี้ ที่ไม่หิวนี้เป็นปัจจุบัน เรารู้จักปัจจุบันนี้เราก็รู้จักอดีต การทานข้าวเป็นอดีต การอยู่สบายเดี๋ยวนี้เป็นปัจจุบัน เพื่อจะทำงานต่อไปอีกในอนาคต* ก็คือเป็นเหตุของอนาคต เช่นนี้ มันก็ตั้งอยู่ในอันเดียว พระท่านว่า **เอโก ธัมโม** ธรรมมีอันเดียว ไม่มาก มีเท่านี้ เมื่อเห็นปัจจุบันแล้ว มันก็เห็นอนาคต เห็นปัจจุบันแล้ว มันก็เห็นอดีต มันวิ่งถึงกันเสมอ เพราะว่าอันหนึ่งมันเป็นเหตุอันหนึ่งมันเป็นผล นี่พูดถึงเรื่องอันนี้ เรื่องผลที่เราประพฤติปฏิบัตินี่ มันเกิดขึ้นมาแล้วมันแยบคาย

จิตดวงเดียว

ทีนี้พูดส่วนจิตใจนี่ไม่สงสัยอะไรทั้งสิ้น ไม่ได้สงสัยอะไรทั้งสิ้น ไม่ได้สงสัย มันหมดการลูบคลำของมันแล้ว ทีนี้ก็อยู่ไปตามธรรมชาติ อยู่ในโลกไปตามธรรมชาติ อยู่ในโลกที่เรียกว่ามันสงบ หาความสงบในที่ที่มันไม่สงบได้ คืออยู่ในโลกนี้ได้ เราก็อยู่ในโลกนี้ได้ พระพุทธองค์ของเราท่านอยู่ในโลกนี้แหละ ท่านก็หาความสงบในโลกนี้ได้ เราผู้ปฏิบัติก็เหมือนกัน ไม่สำคัญว่ามันเป็นอย่างโน้น ไม่สำคัญว่ามันเป็นอย่างนี้ ไม่สำคัญอะไรทั้งนั้น เมื่อมีอะไรก็ต้องพิจารณามัน เมื่อไม่มีอะไรก็อยู่สบาย ไม่มีเรื่องอะไรเราก็เฉย ๆ อยู่ตามธรรมดาเฉย ๆ มีสติ มีสัมปชัญญะ อยู่ไปเฉย ๆ ถ้ามันมีเรื่องอะไรเกิดขึ้นมาจับยกขึ้นมาพิจารณา ถ้ามันรู้แล้วก็แล้วไป ถ้ามันไม่รู้ก็ปล่อยมันเมื่อนั้น แต่วันหลังมันจะรู้ มันต้องรู้เข้าที่มันทุกอย่าง

อย่างนี้ ผลที่สุดนั้นจิตของเราจะต่อสู้กับอารมณ์ ต่อสู้กับอารมณ์ที่มันมากระทบ **อายตนะทั้งหลายนั้น**

มันจะรวมกันมาสู่จิตทั้งหมด ดูจิตดวงเดียวมันจะรู้เรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็คือมันมีอยู่แล้ว *ดูจิตอันเดียวเท่านี้แหละ* ต่อนั้นไปอีกมันก็จะเห็นชัดเข้าไปยิ่งกว่านั้น

อาตมาเคยสอนบ่อย ๆ เพราะว่าตรงนี้มันเป็นสิ่งที่สำคัญ คนเราเมื่อถูกอารมณ์มาแล้ว มันก็คอยจะยินดีอันนี้ ยังจะคอยจะยินร้ายอันนี้ มันเป็นอยู่อย่างนี้ คอยจะดีใจอย่างหนึ่ง คอยจะเสียใจอย่างหนึ่ง มันคอยจะเป็นอย่างนี้

อารมณ์วิปัสสนา

ที่นี้เราดูจิตของเราตั้งมั่นอยู่เช่นนี้ เมื่ออารมณ์ทั้งหลายเหล่านี้มากระทบเราก็ไม่ต้องคิดอะไรมาก ไม่ต้องคิดมาก เพราะว่ามันมีอารมณ์ของวิปัสสนาอาศัยอยู่ **อารมณ์ของวิปัสสนานี้ทำให้เราเกิดปัญญา** เหมือนกันกับอารมณ์ของสมถกรรมฐาน จะพุทโธ ธัมโม สังโฆ อะไรทั้งหลายเหล่านี้ เป็นอารมณ์ของกรรมฐาน *อานาปานัสสติ เมื่อเราทำไปก็เป็นเหตุให้ใจเราสงบ ให้เป็นสมาธิ นี่เป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน* นี้ไม่น่าเชื่อเหมือนกัน ไม่น่าเชื่อ วิปัสสนากรรมฐาน อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนี้ไม่น่าเชื่อ มันจะเกิดมาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อะไรทุกอย่าง เมื่อมารวมถึงใจรู้แล้ว ก็ยกอารมณ์ของกรรมฐานขึ้นเลย ตั้งมั่นว่าอันนี้มันไม่เที่ยง อันนี้มันไม่แน่นอน อันนี้มันไม่เที่ยง อันนี้ไม่แน่นอน ถ้าไปเชื่อมันเป็นทุกข์ เพราะธรรมทั้งหลายเหล่านั้นเป็นอนัตตา ของเป็นอนัตตาที่ไม่ใช่ตัวตน เรามาสำคัญว่า

ตัวตนเข้า มันจะเกิดความทุกข์ขึ้นมา เพราะเราสำคัญผิด เราจะซ้ำย้ำเข้าไปพิจารณาสิ่งทั้งหลายนี้ มันไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ หรือไม่ใช่ของของตนจริง ๆ แล้วมันทำไมมันถึงเข้าใจว่าตัวตน หรือของตน? นี่ อันนี้เราต้องย้ำพิจารณามันดู มันไม่ใช่ของตัว มันไม่ใช่ตัวตนจริงๆ แต่ทำไมมันเข้าใจว่าตัวตนอันนั้นก็ไม่ใช่ของของตนแท้ แต่ทำไมมันเข้าใจว่าของของตนตามความจริงนั้น มันไม่น่าจะเป็นอย่างนั้น อันนี้มันไม่เที่ยง ทำไมถึงไปเข้าใจว่ามันเที่ยง อันนี้ก็ไม่น่าเชื่อ อันนี้เป็นของไม่สวยงาม ทำไมมันดันเข้าใจว่าเป็นของสวยงามได้? อันนี้เรามองเห็นง่าย ๆ เราจะได้เห็นว่า *เออ ไอ้โลกนี้มันเกิดจากอันนี้นี่*

ทีนี้ถ้าหากว่า เรายกวิปัสสนากรรมฐาน อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานขึ้นแล้ว ไม่ต้องมาก ไม่ต้องมากล่ะ กำหนดง่าย ๆ *เช่นว่าเรารับแขกอยู่ในห้อง ไอ้ที่ห้องของเรามันมีเก้าอี้อันเดียว แขกมันก็เข้ามาหาเรา จะเข้ามาหาที่นั่ง ที่นั่งของแขกไม่มีแล้ว เพราะที่นั่งมีอันเดียว เราก็เลยไปนั่งอยู่แล้ว เมื่อแขกเข้ามาหนึ่งคนเรารู้จัก สองคนก็ต้องรู้จัก สามคนก็ต้องรู้จัก รู้จักกันหมดทุกคนแหละ เพราะว่ามันหาที่นั่งไม่มี ที่นั่งมีอันเดียว มีอันเดียวเราก็ไปนั่งเสียแล้ว แขกไม่มีที่นั่ง*

ทีนี้เราก็มองเห็นแขกตามสบาย มันไม่มีที่นั่ง เรื่องเราเห็นว่า อนิจจัง มันไม่เที่ยง เราไปหยุดอยู่ตรงนั้น มันเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เรื่องมันไม่เที่ยงจะเห็นชัดขึ้นมา เรื่องมันเป็นทุกข์ก็เห็นชัดขึ้นมา เรื่องเป็นอนัตตามันก็ชัดขึ้นมาโดยรอบ เห็นชัด ชัดเข้าไปยิ่งกว่าที่มันสงบในสมาธิกรรมฐานนี่ ชัด รู้เรื่องตามความเป็นจริง อะไรมันฟอกขึ้นมา อะไรมันเป็นเครื่องฟอก คือ เรื่องอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนี้ ปัญญาจะเกิดขึ้นมา เราจะสำคัญว่า อันนี้มันของสวย ดูไปนาน ๆ ดูไปพิจารณาเรื่อย มันเป็นของไม่สวยนะ อันนี้มันเที่ยง หรือว่าไม่เที่ยง เราบอกว่า *อือ นี่มันไม่เที่ยงหรอก* ต่อไปมันดูเป็นของไม่เที่ยงก็ความจริงมันอยู่ตรงนั้น มันจะไปนั่งที่อื่นไม่ได้หรอก มันมานั่งที่นั่นน่ะ มานั่งที่เดียว แขกไม่มีที่นั่งมันก็มานั่งกับเรา ไอ้ที่นั่งของแขก ที่นั่งแห่งเดียวเราก็ไปนั่งอยู่แล้วมันก็ไม่มีที่นั่ง ไม่มีที่นั่ง แล้วก็มองเห็นกิริยาของแขกตามสบายที่มาสู่บ้านของเรา แล้วก็รู้เรื่องมันหมดทุกอย่าง หมายความว่า ต้องเห็นอนิจจัง เห็นทุกขัง เห็นอนัตตาอย่างชัดเจนแน่นอน มีความรู้สึกอย่างนี้เกิดขึ้นมา ไม่สงสัยแล้ว มันไม่สงสัยอย่างนั้น อันนี้เป็นธรรมเบื้องสูง ฉะนั้นก็นั่งอยู่ มีตา มีหู มีจมูก มีลิ้น มีกาย มีจิต

ก็มี แต่เรื่องรู้ปล่อยวางอยู่เสมอ ไม่มีอะไรอย่างนี้

อันนี้ จะต้องยกอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนี้ขึ้นบ่อย ทุกอย่างมันจะเกิด ปัญญาทำลายหมดทุกอย่างได้เกิดผลขึ้นมา อันนี้อย่าเพิ่งว่า การกระทำของเรานี้ บางทีมันก็ทำตามอำนาจของเรา ตามอำนาจใจของเราอย่างไร วันนี้ขี้เกียจมันก็ไม่ทำ ขยันจึงทำ ขี้เกียจไม่ทำ นี่ ทำอย่างนี้ก็เรียกว่ามันทำตามอำนาจกิเลส ตามอำนาจใจของเจ้าของ

ตามธรรมะนั่นไม่มีขยัน ไม่มีขี้เกียจ พูดถึงเรื่องจิตเป็นอย่างนั้น ขยันไม่มี ขี้เกียจไม่มี มันจะเรื่อยของมันอยู่อย่างนั้น มันเป็นสภาพอย่างนั้นเลยทีเดียว ถ้ามันเป็นเช่นนั้นก็เรียกว่า เราจะไม่ต้องทำอะไร ก็เสมือนกับว่าผู้เสร็จกิจที่จะต้องทำแล้วก็เก็บไว้ ดูเฉย ๆ ไม่ต้องทำแต่มาเรื่องจิตใจที่มันเคยสะสมมาแล้วนะ มันต้องมีความรู้สึกอยู่อย่างนั้น นี่คือการปล่อยวาง

ปัจจัยส่งเสริมการปฏิบัติ

ทีนี้มันจะไม่มีอะไร มันมีราคาเท่า ๆ กัน ดูอะไรมันเหมือนกันไปทุกสิ่งทุกอย่างเท่านั้น มันรวมเป็นอันเดียวกันนั้น โน่นมันถึงจะหมดความสงสัย ในระยะแรก ๆ นี่โอย มันสงสัยละ คิดก็มาก สงสัยก็มาก สารพัดอย่าง เพราะอะไร? อยากจะรู้เร็ว อยากจะรู้ง่าย อยากจะรู้ตามความจริงของมันอย่างนี้ คือความอยากน่ะมันมากกว่า ความจริงมันมีบท คือมันมีขั้นตอน เช่นว่า

(๑) การกระทำของเราติดต่อ

(๒) ยังมีวาสนาบารมีของเราด้วยติดต่อ

พยายามอย่างนี้ เราอย่าไปคิดอย่างนั้นซิ แหม อันนี้มันก็ทำยังไม่ได้ ยังไม่ได้ มันไม่ได้ มันจะถูกเหรอ ไม่ให้ความดีใจ ไม่มีความเสียใจอยู่เสมอ มันจะไปอย่างไรก็ช่างมันเถอะ ถ้าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันเกิดขึ้นมากระทบแล้วไม่รู้เรื่องว่าเราไปถึงไหน ไม่ช้ามันเป็นของเหลือ มันเป็นของดีนะ มันเตือนเราน่ะ อารมณ์นี่ เราไปถึงไหนหรือ

ไม่ถึงไหนมันรู้จักนะ บางคนก็อยากจะรู้จักกระทบอารมณ์ดี ๆ นั่น ชอบอย่างนั้น ไม่รู้จัก ไม่ฉลาด แต่ความเป็นจริงอารมณ์ที่ไม่ชอบใจนั้นน่ะ ให้มันกระทบดูซิ มันจะเป็นอย่างไรไหม อันนี้พูดถึงที่มันรวมแล้วมันจะเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้น พูดถึงด้านการประพฤติปฏิบัตินี้ให้เข้าใจว่า อย่าไปหาอดีตนอกจากตัวของเรา เราที่จะแก้ความสงสัยเราได้ จริง ๆ นั่นก็คือ เรื่องปฏิบัติ กับให้เห็นชัดเอง นี่เป็นเรื่องที่ใหญ่ที่สุด แต่เป็นบุพภาค เป็นบุพพาจารย์ ต่อจากครูบาอาจารย์ ไปพินิจพิจารณามันต่อกันไปอย่างนั้น แต่ว่ามันง่ายถ้าเรามีวาสนา บารมีมันน้อย คนอื่นช่วยบอกมันไม่เสียเวลา เราจะได้ตรงไปทางโน้น ถ้าเราไปคนเดียวละ อ้อม หาเอาเองอ้อมเสียเวลานานเท่านี้ **แต่ว่าไอ้ความสงสัยนั่นน่ะ มันจะเหือดแห้งไปเองด้วยการปฏิบัติธรรม ไม่ต้องสงสัย** มันจะเหือดแห้งไปด้วยการปฏิบัติธรรมด้วยตบะของเรานี้เอง

ถ้าพูดถึงส่วนที่เราได้มานี้ไม่ใช่น้อยเหมือนกันนะ ที่เราปฏิบัติมานี่ แต่มันไม่พอใจเรา มันยังไม่พอใจเราทั้งนั้นแหละ แต่หากเรามาคิดดูแล้ว

มาคิดดูตั้งแต่นี่ มาย้อนไปถึงเราเป็นเด็ก เป็น

หนุ่มซิ ก่อน ๆ ไม่เคยได้ฝึกนี่ มันไปแค่ไหนเนี่ย เมื่อเราย้อนถึงไปอย่างนี้นะเราจะเห็นว่า ความรู้สึกของเรานี่เราประสบธรรมะมานี่มาก พิจารณาถอยหลังกลับไป แล้วก็ช่วยจิตเราให้มันบางขึ้นมา นี่เรียกว่าควรสรรเสริญในบางครั้งในบางคราว ให้มันบางขึ้นมาอย่างนี้ อย่าสรรเสริญมันอย่างเดียว

เรื่องจิตนี้ให้นินทามันบ้าง บังคับมันบ้าง อย่าบังคับมันอย่างเดียว เช่น ยกตัวอย่างว่าเรานั่ง ธรรมดาเรานั่งก็อยากนั่งนาน ๆ แต่ว่าเมื่อการฝึกของเรานี้ สังขารก็เรียกว่ามันเป็นสังขาร เป็นธรรมดา มันมีเจ็บ มันมีปวด มันมีเมื่อย สารพัดอย่าง มันก็เป็นของมันอย่างนั้น อันนี้มันเรื่องของสังขารร่างกายของเรา ถ้าเรานั่งนาน ๆ ทำนาน ๆ ความชำนาญมันเกิดมีขึ้นมา ขั้นแรกเรานั่งอยู่สัก ๕ นาทีก็พอแล้ว ต่อนาน ๆ ไปจะฝึกนั่งได้ถึง ๑๐ นาที ๒๐ นาที ๓๐ นาที นั่งถึงชั่วโมงหนึ่งนี่ เขาก็นึกว่าแหม เรานั่งได้นาน แต่เราเข้าใจว่าเรายังนั่งนานไม่ได้เท่าไรนี่ ไอ้เราที่อยากจะได้ก็จะเป็นอย่างนั้น

อิริยาบถสม่ำเสมอ

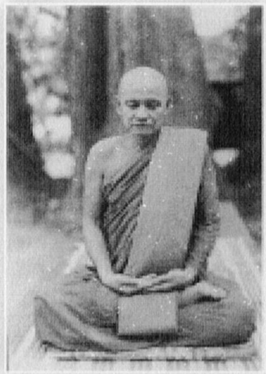
แล้วประการที่สอง ให้เข้าใจว่า การยืนหนึ่ง การเดินหนึ่ง การนั่งหนึ่ง การนอนหนึ่ง นี่ ให้เป็นอิริยาบถปฏิบัติอยู่เสมอทั้งนั้น อย่าไปเข้าใจว่า เรานั่งแล้วปฏิบัติ นั่งสมาธิจึงได้ปฏิบัติ อย่าไปเข้าใจอย่างนั้น ผิด นั่งอาจจะไม่เป็นก็ได้ เพราะว่าคนเรามันจะนั่งวันหนึ่งกี่ชั่วโมงกี่นาทีที่นี่จะต้องทำสติเนี่ย ตามอิริยาบถของเรา การยืน การเดิน การนั่ง ให้มันรู้ตัวสม่ำเสมออยู่เรื่อย ถ้ามันขาดไปก็ยกขึ้นมาต่อ อันนี้เร็ว เป็นเร็ว ฉลาดนี่ ฉลาดในอารมณ์ ฉลาดในการฝึก ให้เข้าใจอย่างนั้น แม้เหลือนิดเดียว ที่เรายังนอนก็หายใจเข้า ออก ครั้นเราจะนอนแล้วก็ยังกำหนดรู้ไว้ ฝึกหัดจริง ๆ

ทีนี้ถ้าหากว่ามันรู้ ฝึกนาน ๆ มันจะไม่นอนนะ มันจะมีความตื่น มันจะไม่นอน มันนอนแต่กายของมันนี่ จิตมันตื่น จิตมันตื่น มันตื่น มันรู้อยู่ พอแต่ว่าเราตื่น พรีบเมื่อไร มันถึงตัวเราเมื่อนั้น มันจะคว้าเอาอย่างอื่นมาเป็นอารมณ์เลย ตื่น มันตื่นอยู่ **เรื่องการนอนมันเป็นเรื่องของกาย เรื่องของกาย พักผ่อนทางกาย กายเข้าไปพักผ่อน แต่ว่าผู้ตื่นอยู่น่ะ มันตื่นตลอด ทั้งกลางวันกลางคืน**

ฉะนั้น นอน นอน ก็เหมือนที่ว่ามันไม่ได้หลับ แต่ว่ามันไม่หิว มันตื่นอยู่ ฉะนั้นการฝันของผู้ปฏิบัตินี่มันถึงไม่มี ถ้าฝันก็เป็นสุบินไปชัดเจนขึ้นมาเลย การฝันนี่มันจะน้อยที่สุด ดูต่อไป มันอาจจะไม่มีอะไรเหลือ คือมันอยู่ในท่าทางที่เราไม่หลง มันมีสติอยู่แล้ว ตื่นอยู่ทั้งจิตมันตื่นอยู่ เร็ว ว่องไว ทำจิตให้คล่อง ว่องไว ทันท่วงที ฝึกจิตให้มันคล่อง ถ้าจิตมันสงบแล้ว ฝึกจิตให้มันพิจารณาร่างกายตน และร่างกายคนอื่น ให้มันมารวมกัน ให้เห็นเป็นสภาพอันเดียวกันอยู่อย่างนั้น ดูเรื่อย ก่อนที่จะนอนก็ดูร่างกายเราจนจบ ตื่นขึ้นมาก็ยังดูร่างกายเราจนจบ ถึงจะเป็นคนไม่ละเมอ ไม่ใฝ่ฝัน ไม่อะไรทั้งนั้น นอนเฉย ๆ ตื่นเฉย ๆ นอนด้วยความรู้ ตื่นด้วยความรู้ รู้แล้วตื่นขึ้นมาก็แจ่มใส ไม่ง่วงนอน ไม่มัวหมอง แจ่มใสอย่างไรก็ตาม อย่างอาตมาเล่าให้ฟังนั่นแหละ ไม่นึกไม่เห็นว่า จิตมันจะสงบได้ในเวลาอย่างนั้น แต่ว่ามาเดินตากฝนมาเฉย ๆ มานั่งมันเป็นอย่างนั้น มันแสดงปฏิกิริยาเกิดอย่างนั้น

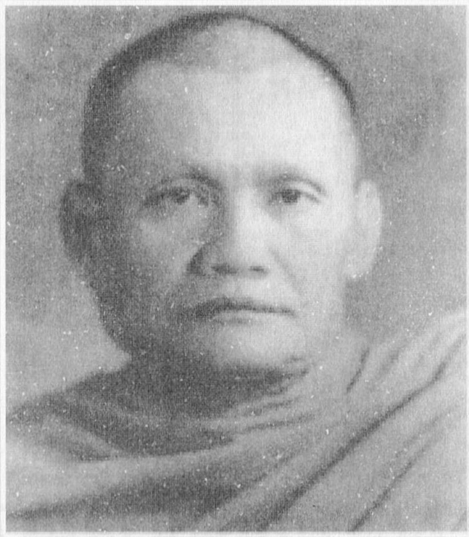
ฉะนั้น ท่านจึงสอนภิกษุทั้งหลาย อย่าประมาท **ความประมาทนี้เป็นทางแห่งความตาย** ให้เข้าใจอย่างหนักแน่นเหลือเกิน เมื่อไรเราจะทำงานอยู่ก็ตาม ให้มีปัญญาคิดอะไรอยู่มั่งก็จะมีปัญญา พูดอยู่ก็ต้องมีปัญญา....

ธรรมบรรยาย โปรดคุณหญิงไชศรี ณ ศีลวันต์ เมื่อวันที่ ๑๖ เมษายน ๒๕๒๒



ภาวนาคือพิจารณา
ให้รู้ตามเป็นจริง

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)



พระพุทธเจ้ายังมีอยู่ทุกวันนี้ ใครว่าพระพุทธเจ้านิพพาน
พระพุทธเจ้าคือ 'สัจธรรม' สัจธรรมมันจะจริงอยู่อย่างนั้น
ใครจะเกิดมา...ก็มีอยู่อย่างนั้น
ใครจะตาย...ก็มีอยู่อย่างนั้น
สัจธรรมนี้ ไม่มีวันสูญหายไปจากโลก...

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

โลกนี้ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร

สถานที่เราอยู่เดี๋ยวนี้ไม่ใช่สถานที่เราอยู่จริง เป็นสถานที่เคลื่อน ที่ไหว ที่พรากจากกัน พระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราท่านเป็นพระมหากษัตริย์ยิ่งมีความร่ำรวย มีความสุข สนุกสนานกว่าพวกเรามากมาย ท่านออกประพฤติปฏิบัติธรรมก็เพราะท่านเห็นว่า **ในสกลโลกอันนี้ ไม่มีอะไรเป็นแก่นเป็นสาร สิ่งที่มันเกิดมาแล้วไม่มีอะไรเป็นแก่นเป็นสาร ไม่มีอะไรเป็นของของเราเป็นของเราโดยฐานที่สมมุติทั้งนั้น**

ของที่สมมุตินั้นก็คือของที่ไม่มี จึงได้มีสมมุติขึ้นมา เราอาศัยของสมมุติเป็นอยู่ แล้วเรามาหลงสมมุติอันนั้นว่าเรา ว่าเขา อย่างนี้เป็นต้น ก็เลยมาติดสมมุติ ติดบัญญัติ ติดข้าวของเงินทอง ติดลาภ ติดยศ ติดมั่งติดมี ติดทุกข์ ติดยาก ไม่ต้องการไปทางไหน พากันดีใจอยู่ว่าเราไม่มีโทษ ความเป็นจริงโทษของพวกเรานี้ ถ้าเราอยู่ในฐานนี้คือมนุษย์โลก ไม่ได้มีความสุขหรอก จะต้องเดือดร้อนกระวนกระวายอยู่อย่างนี้เรื่อยไป

เรามาจากกรรม

พระบรมศาสดากล่าวว่าคือกรรม เรามาจากกรรม ทำดีไว้ความดีนั้นก็ตามมาสนับสนุนให้แปลกจากคนไม่ดี ถ้าทำกรรมชั่ว ความชั่วก็ตามสนับสนุน ให้เราชั่วแปลกจากคนดีไป แต่เราไม่สามารถมองเห็นได้เพราะโมหะมันปิดบังไว้ นี่เรียกว่า**เรามาตามเหตุ คือการกระทำ** ทำดีก็มาดี ทำชั่วก็มาชั่ว ถ้ามาถึงดีแล้วมาทำไม มาสร้างความดีอีกต่อไป เพราะเราเดินทางมายังไม่สุดหนทาง มาถึงดีก็ต้องสร้างดีต่อไปอีก ทางนี้มันทางกันดารนะโยม กว่ามันจะได้ดีก็ต้องเกิดแล้ว แก่แล้ว เจ็บแล้ว ตายแล้วอยู่ร่ำไป มันเป็นทางกันดารยังไม่พ้นทุกข์ เมื่อเรามาถึงนี่แล้วจะต้องพากันพยายามพิจารณาถึงอดีต เรามากับอะไร มีอะไรมั้ย แล้วมาสร้างคุณงามความดีของเราเป็นเหตุต่อไป ไปข้างหน้าจะไปไหนอีก ก็ไปสู่กรรม คือการกระทำของเราอีก *ใครทำดีก็ไปได้ดี ทำชั่วก็ไปได้ชั่วอีกเหมือนกัน อันนี้เป็นลักษณะของกรรม*

บุญมากน้อยขึ้นอยู่ที่จิต

ฉะนั้น พระบรมศาสดาของเราท่านจึงให้พากันสร้างน้ำทำบุญ สร้างบุญ สร้างกุศลเพราะเรามาด้วยบุญ ด้วยกุศล ที่มันเป็นมามันเป็นอย่างนี้ ฉะนั้นอาตมาจึงขอฝากว่าความดีนั้นจะพากันไปทำที่ไหน ความชั่วทำที่ไหน การสร้างน้ำทำบุญต่าง ๆ นานานั้นเหมือนกันนั่นแหละ บุญบางคนว่าการทำกองบวชได้บุญมาก บางคนว่าทำกองฮด* ได้บุญมาก บางคนว่าทำกฐินได้บุญมาก **เรื่องบุญมากบุญน้อยมันอยู่ที่ใจของเรา มันอยู่ที่จิตใจของเรา มันไม่มากไม่น้อยอยู่ที่ภายนอก มันมากมันน้อยอยู่ที่จิตใจของเรา**

การทำบุญ พระพุทธเจ้าให้ทำง่าย ๆ ไม่ต้องถือฤกษ์อะไรมากมาย คนเราเกิดมาไม่เคยสร้างกฐินสักครั้งก็ตาม

---

* กองฮด ภาษาอีสานแปลตามความหมายนั้นคือ การถวายไทยทาน และการรดน้ำ แต่พระที่ประชาชนเคารพนับถือ เพื่อเลื่อน หรือยกฐานะท่านให้สูงขึ้นไปอีก ตามความนับถือสมัยเก่า

ไม่เคยสร้างกองบวช กองฮด สักครั้งก็ตาม แต่เราเกิดมามีศรัทธาเชื่อกรรมว่าเราทำดีมันต้องได้ดี ทำชั่วแล้วต้องได้ชั่ว เราก็พยายามทำแต่ความดี ส่วนความชั่วเราก็ไม่ทำให้เกิดขึ้นมา

ถ้ามีพระมาบิณฑบาต ตักบาตรไปเถอะ ถ้ามีคนมาขอทาน ให้ทานไปเถอะ ให้มีความเมตตาเสมอเรื่อยมา ไม่ว่าวันพระวันเจ้า วันไหนเดือนไหน เรามีวัฒนธรรมเป็นคนใจบุญ ใจเป็นบุญเป็นกุศล ใจให้ดีให้งาม มันจะคดจะเคี้ยว จะเลี้ยวจะโกงขึ้นมาเมื่อใดก็ตาม ให้พยายามละสิ่งนั้น พยายามถอนสิ่งนั้น พยายามเลี่ยงสิ่งนั้น อย่างนี้เป็นต้น ตลอดไปเรื่อย ๆ จนจิตใจของเรามันสบาย สบายอะไร? เพราะเกิดมาไม่เคยทำบาป ไม่เคยทำชั่ว ปัจจุบันเดี๋ยวนี้ก็ไม่มีเหตุ ไม่มีบาป ไม่มีเหตุ อนาคตต่อไปก็ไม่มีอะไร เป็นคนที่สบาย มีความสุขกายสุขใจ มีความสุขอยู่ด้วยความไม่มีโทษ ใจไม่มีโทษ ไม่มีพิษ ไม่มีภัย ใจเราก็สบาย

บุญคือความสบายใจ

ความสบายเยือกเย็นอันนี้แหละ เพราะจิตปราศจากโทษ อันนี้แหละคือบุญ บุญนั้นอย่าไปว่าอยู่ตรงนี้ ตรงนั้น บางทีสร้างบุญกฐินมาแล้วสี่พัน ห้าพันบาท สร้างมาแล้วพากันดีใจ สบาย สร้างไปแล้วความชั่วในใจของเราไม่พากันละ **ถ้าไม่ละความชั่ว แล้วบุญจะเข้าสู่จิตใจของเราได้อย่างไร เข้าไม่ได้นะบุญ ใจไม่เป็นบุญ** บางคนหลงไปว่าทำบุญแล้วแต่ปีกลายปีก่อน ก็คิดรอเอาแต่บุญปีกลายก่อน ถ้าทำบุญแล้วจะรอแต่บุญนั้นมาส่ง เราไม่ต้องทำอะไรอีกต่อไป เคยทำชั่วก็ทำชั่วอยู่อย่างเดิม เคยกินเหล้าเมายาก็กินจนเซซัดเซล้มอยู่อย่างเดิม เคยลักขโมยก็เป็นขโมยอยู่เหมือนเดิม คอยแต่จะเอาบุญที่เคยทำแต่ปีที่แล้วมาส่งผลมันจะไม่เห็นกัน อาตมาไม่เห็นกันถึงเป็นบุญอยู่ แต่มันไม่เห็นเพราะกรรม ไม่มีโอกาสเข้าสู่ดวงจิตเรา ในเวลานี้ดวงจิตของเรามีบาปปะปนอยู่แล้ว ความสะอาดจะเข้ามาไม่ได้ ถึงแม้มีความสะอาดอยู่

ก็ตาม มันไม่มีโอกาสเข้ามา มันเข้ามาไม่ถึง เมื่อเข้ามาไม่ถึง แปลว่าบุญยังไม่ถึงเรา รับเอาบุญยังไม่ได้ สร้างไว้ก็จริงแต่เป็นการสร้างไว้นอกใจ ไม่ได้สร้างไว้ในใจ สร้างมากก็จริงแต่มันไม่มากในใจ

ฉะนั้น การกระทำบุญ คือ การปราบจิตใจของเรา ไม่ใช่ปราบอย่างอื่นนะ ให้ใจมีเมตตา มีกรุณา มีมุทิตา อยู่ในใจ ถ้าหากว่าใจเราเป็นต้น มีความโลภ ความโกรธ ความหลง มีความกริ้วโกรธอยู่ในใจ เหมือนขวดน้ำบรรจุน้ำให้เต็ม แล้วถ้าเราต้องการน้ำมาใส่อีกมันจะใส่ได้ไหม น้ำใหม่เข้าไปไม่ได้ เพราะน้ำในขวดมันเต็มอยู่แล้ว เติมเข้าไปก็ล้นออกมา เพราะน้ำข้างนอกไม่มีโอกาส น้ำที่ข้างในมันปิดอยู่กั้นอยู่ ความชั่วของเราเหมือนกันฉันใด เมื่อมันปิดเต็มตื้ออยู่ในใจ ความดีจะเข้าไปได้อย่างไร แม้ความดีมีอยู่ก็เข้าไปไม่ได้ในเวลานั้น

ฉะนั้น *การทำบุญก็คือการละความชั่ว ล้างความชั่วออกจากจิตใจของเรา* ล้างอยู่ในใจของเรา ใจของเรามันมืดมันสกปรก แต่ว่ามันสะอาดได้ ของมันสะอาดได้ เหมือนอย่างผ้าของเรา มันสกปรก มันติดของสกปรก ก่อนที่จะสกปรกเพราะอะไร ผ้ามันสะอาดอยู่แล้ว มันจึงสกปรกได้ ผ้ามันจะดำได้เพราะมันขาวอยู่ ปกติของมัน

เมื่อของสกปรกติด ความขาวไม่มี ความขาวมันหายไป แต่ว่ามันมีอยู่ มีอยู่ในที่สกปรกนั่นแหละ ถ้าเราเอาผงซักฟอกมาฟอกออก ความสกปรกมันออกหนีหมด ความขาวก็อยู่ตรงนั้นแหละ อยู่ตรงสกปรกนั่นแหละ ไม่ได้ไปเรียกมันมา มันเกิดมันมีอยู่ตรงนั้น เมื่อเอาของสกปรกออกก็เห็นความสะอาด ใจเราก็เหมือนกัน ถ้าหากเอาของสกปรกออก เอาของผิดออก จะเห็นความสะอาดตรงนั้นเองและบุญที่เราสร้างก็ไม่ต้องเรียกมา มันมีโอกาสจะเกิดเพราะอยากเกิดอยู่แล้ว เหมือนกันกับความสะอาดนั่นแหละ ผ้าสกปรกนั่นแหละมันสกปรกก็จริง มันขาวไม่ได้เดี๋ยวนี้ เพราะของสกปรกมันปิดเอาไว้ เมื่อเอาของสกปรกออกมันก็ขาวสะอาดขึ้นมาตรงนั้น ความสะอาดขึ้นมาตรงมันสกปรกนั่นเองเกิดมาตรงนั้น พอของสกปรกออกแล้วความสะอาดได้มีโอกาสเกิดขึ้นมา บุญเหมือนกันฉันใด ที่เราสร้างไปแล้วนั้น อย่าได้ปรารถนาแต่ปากให้ดูใจของเราด้วย ปรารถนาแต่ปากอยากเป็นนั่นเป็นนี่ อยากได้นั่นได้นี่มันก็เป็นไปไม่ได้ถ้าใจเราไม่สะอาด ไม่เป็นบุญ ถ้าบุญไม่อยู่ในใจ บุญก็ไม่มี

บุญสร้างขึ้นที่ใจ

ฉะนั้น พระศาสดาให้มองว่าบุญคือใจของเรามันอยู่ตรงนี้ การสร้างน้ำทำบุญทุกส่วนได้ถือว่าเป็นบุญเป็นกุศล ให้ใจยอมทำให้ใจจริงได้ทำ ถึงจะเกิดบุญเกิดกุศลขึ้นมาได้ พวกเราทั้งหลายคงจะเข้าใจว่า บางครั้งฆราวาสของเรา (พ่อออก แม่ออก) อยู่บ้านอยู่เรือนเป็นฆราวาสสร้างครอบสร้างครัว อย่านึกว่าจะสร้างคุณงามความดีไม่ได้ นึกว่าจะทำได้เฉพาะนักบวชมักจะคิดว่าตัวเองทำไม่ได้หรอก เพราะไม่ใช่นักบวช เคยคิดไปอย่างนั้นนะคนเรา ความเป็นจริงนั้นทำได้เสมอกัน ไม่เลือกเพศเพศขาวก็ตาม เพศดำก็ตาม มันเป็นของทำได้ มันเป็นของมีอยู่ เราทำได้ เราอย่าเข้าใจว่าทำไม่ได้ ไม่เป็นไปไม่ใช่นะ ทำได้อยู่

ในครั้งพระพุทธเจ้าของเรา ได้เคยพิจารณาไหม คนเคยได้เล่าเรียนศึกษามา โสดา สกิทาคา อนาคา มันเกือบเท่ากันนะกับนักบวช ผู้อยู่ครองเรือนในบ้าน แสดงว่ามรรคผลนิพพาน การกระทำไม่เสื่อมไปไหน ยังมีอยู่แต่ว่าเมื่อเรามีความนึกคิดอย่างนั้น เพราะความโลภ โกรธ

หลง มันปกปิดของเรา เหมือนกับหัวกลอยอยู่ในป่า ทั้งมันคันด้วยทั้งเมาด้วย แต่ว่าถึงมันมีทั้งพิษ ทั้งเมาทั้งคันก็ช่างมัน ถ้าเป็นคนฉลาดก็สามารถทำพิษคันพิษเมาออกทำมาเป็นของใช้ได้นะ คงจะเคยกินอยู่นะกลอย ถ้าเรานำไปแช่น้ำให้พิษคันพิษเมาออก แล้วนำมานึ่งใส่น้ำอ้อยมะพร้าวขูดใส่เข้าไปซะ เป็นอาหารได้ทั้ง ๆ ที่เอาของมันเมามันคันนั่นแหละมาทำ เอาพิษมันออกแล้วใช้เลี้ยงร่างกายของเราได้ ตัวของเราก็เหมือนกัน ฉันใด มีทั้งโลภทั้งโกรธ ทั้งหลง

พระพุทธเจ้าบวชบุคคลเหล่านี้นะ ลูกหลานโกรธมากหลงมากดื้อมาก ๆ เอามาบวชมาแต่งมากระทำเอา ฉะนั้นออกซะ มาเก็บความชั่วออกจากตัวได้ก็สามารถทำให้เป็นคนดีได้เหมือนกันกับกลอย เมื่อนำพิษมันออกมันก็เป็นอาหารได้ พระบรมครูของเราท่านสอนสัตว์ทั้งหลายนี้เป็นพระอริยบุคคลนั้น ไม่ใช่ท่านเอาพระอรหันต์มาสอนนะเอาคนธรรมดา คนหลงนี่แหละมากระทำ เหมือนกันกับโต๊ะกับเตียงของเรามันไม่ได้เป็นโต๊ะเป็นเตียงมาเลยนะเมื่อก่อนเป็นต้นไม้ ไปตัดมา ไปลากมา มาตัดมาไสมันออก เอามาประกอบจึงเป็นตู้เป็นเตียงขึ้นมา มันไม่ได้เป็นเตียงมาก่อน มนุษย์เราเหมือนกันฉันใด ไม่ได้เป็นคนดีมาก่อน เคยทำผิดมาก่อน ผิดแล้วกลับมาถูกได้ ให้พากันเข้าใจอย่างนั้นนะ

มาวัด มาศึกษาข้อปฏิบัติ

ก่อนจะถูกได้ก็เพราะมีการดัดแปลง สร้างขึ้น ทำขึ้น **อย่าเข้าใจว่ามาวัดแล้วได้บุญเลย เหมือนกับไปโรงเรียน ไปโรงเรียนจะต้องเรียนหนังสือให้เข้าใจหนังสือ อ่านหนังสือได้ เขียนหนังสือได้ มาวัดก็เหมือนกันฉันใด** มาศึกษาข้อวัตรปฏิบัติให้มันเข้าใจ ลักษณะที่เราทั้งหลายเป็นอยู่นั้นคืออะไร เราตาก็ตาคน หูก็หูคน เราปากก็ปากคน กายก็กายคน แต่ว่ามันไม่ใช่คนโดยบริสุทธิ์ มันเป็นเพียงชื่อคนเฉย ๆ อาศัยที่มันหุ้มห่อดวงจิตของเรา ให้มีความโลภ ให้มีความโกรธ ให้มีความหลง มีความอิจฉาพยาบาทต่าง ๆ นานา มันเป็นมาแล้วจิตใจของเรา แต่ร่างกายก็เป็นคนอยู่ ตาเป็นคน หูเป็นคน ปากเป็นคน มันเป็นคนอยู่ แต่ลักษณะที่ไม่ใช่คน มันมีในใจของเราอยู่ ใจยังไม่มีศีล ใจยังไม่มีธรรม ถ้าหากว่าเป็นคนธรรมดาเป็นมนุษย์เป็นจริงมีมนุษยธรรมเกิดขึ้นมา เป็นผู้ประกอบด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อยู่ในใจ ดังนั้น พ่อแม่

ครูบาอาจารย์ให้พยายามรับศีล พยายามฟังเทศน์ เราพากันมารับศีลก็รับศีล แต่ไม่ได้พิจารณาศีล รับเฉย ๆ พระพูดก็พูดไปตามพระ พูดแล้วก็ว่าตัวได้ศีล มันไม่ใช่ศีลนะ ที่ท่านพูดข้อห้ามท่านนะมันไม่ใช่ศีล บางคนท่องตัวมันได้ก็ว่าตัวได้ศีล ไม่ใช่ศีลอยู่ตรงนั้น ตัวศีลจริง ๆ นั้น ท่านบอกว่าไม่ให้ฆ่าสัตว์ เราก็เลิก ไม่ให้ลักทรัพย์ เราก็เลิก ไม่ให้ล่วงเกินกันทางกามคุณ ไม่ให้โกหก เราก็หยุด ไม่ให้กินเหล้า เราก็หยุดซะ การหยุดกระทำนี่แหละมันเป็นศีล ประเภทที่พูดตามไปเรื่อย ๆ

แม้จะพูดสักร้อยรอบขอบจักรวาล มันไม่เป็นศีลไม่เป็นธรรม ถ้ามันไม่เป็นศีลเป็นธรรมแล้ว พ่อออก แม่ออกจะไม่รู้จักศีลจักธรรมสักทีหรอก เหมือนกับโยมกำกล้วยไว้ กำไว้เฉย ๆ ไม่รู้จักว่ามันหวานหรอก รสมันหวานเราจะรู้จักไหม กำไว้เฉย ๆ นะ อย่าเอาใส่ปาก เคยมีไหมเมืองอุดรเรากำจนเละ จนเละเน่าอยู่นั่นแหละกล้วยไม่รู้จักหวานหรอกฉันใด เราจะว่าจะพูดไปตามที่ท่านพูดพาหยุดก็หยุดพูดไปเรื่อย ไม่ว่าแต่ชาตินี้เลย พระเจ้าเมตตรัยมาให้อีกก็ไม่เป็นศีล หรือพระพุทธเจ้าหลาย ๆ องค์ก็ไปไม่ได้เพราะอะไร ก็เหมือนกับคนกำกล้วย กำจนตายก็ไม่รู้จักหวาน กำดูซิ ถ้าไม่เชื่อกำดูก็ได้ ไม่รู้จัก

รสชาติมันนี่แหละ เราเข้าใกล้ศีลใกล้ธรรมอยู่หรอก แต่ว่ามันไกล ลักษณะประพฤติลักษณะปฏิบัติจึงใช่ ถ้าไม่เข้าใจในศีล ไม่ปฏิบัติศีล อานิสงส์ของศีลก็เกิดขึ้นมาไม่ได้ เหมือนกับเราก๋ากล้วยไว้ในมือของเรา มันหวานก็จริง แต่ไม่รู้จักรสของมันว่ามันหวานอย่างไร เราก็ไม่รู้จัก เหมือนกันกับเรารับศีลไปนี่แหละ รับไปพูดไปเฉย ๆ แต่ใจของเราไม่ได้ระงับโลภ ไม่ระงับโกรธ ไม่ระงับหลง ไม่กลับเป็นเมตตา กรุณา มุทิตา เมื่อใด ใจมันก็ดีดก็ดิ้น มันก็เป็นสัตว์อยู่อย่างนั้น ของอย่างนี้ว่าเฉย ๆ มันเป็นไปไม่ได้ เราจะเข้าใจว่าได้ศีลได้ธรรม มันไม่ได้ง่าย ๆ หรอกเรื่องศีล

การประพฤติปฏิบัติให้มันถึงจิตถึงใจจริง ๆ ถึงจะรู้ว่าพระพุทธเจ้าท่านสอนให้เป็นอย่างนี้ นี่การรักษาศีล การฟังธรรมก็เหมือนกัน ถ้าได้ฟังธรรมก็นึกว่าได้บุญเลย ไปฟังเทศน์กับเขาก็เข้าใจว่าได้บุญ เวลากลับก็กลับเลย เหมือนกับทางบ้านอาตมาที่อุบลราชธานี ไปฟังหมอลำลำมหาชาติ ฟังตั้งแต่เช้าจนค่ำ ท่านว่าจะได้เห็นหน้าพระเจ้าเมตตรัย ถ้าไม่เมตตาเมื่อใด มันก็คงจะไม่ได้เห็น หน้าบุญมาก็ทำอยู่อย่างนั้น ความชั่วที่เคยทำก็ทำอยู่อย่างนั้น ตั้งใจจะไปนั่งฟังเอาบุญมหาชาติเฉพาะวันนั้น

เท่านั้น ด้วยความเข้าใจว่าพระเมตตรัยคืออะไร เครื่องมือที่จะทำให้เห็นพระเมตตรัยของเรา พระเจ้าเมตตรัยท่านเป็นคนงาม ของอะไรไม่น่าเอา ท่านก็ไม่เอา เช่น มะม่วงเน่าเรายังไม่เอาเลย ยังรู้จักทิ้ง ท่านเป็นพระเป็นเจ้าของไม่ดีท่านจะเอาไปทำไม ให้เข้าใจอย่างนั้น การฟังเทศน์อย่างนั้นไม่ได้เข้าใจ ว่าท่านปฏิบัติอย่างไร ท่านทำอย่างไร ไปนั่งฟังเอาบุญเฉย ๆ ไม่รู้จักอะไร กลับมาก็เฉย ๆ ไม่ได้ละทิ้งสิ่งที่ควรละ ไม่ได้ทำบำเพ็ญสิ่งที่ควรบำเพ็ญ คิดถึงเฉพาะบุญวันเดียวที่ไปนั่งฟัง รอเอาวันนั้นวันเดียว ถ้าใครคิดแบบนั้นให้ลองไปพิจารณาใหม่

ต้องรู้จักฟังเทศน์ แล้วนำไปปฏิบัติ

การฟังเทศน์ก็ต้องรู้จักฟัง ท่านพูดอะไร ว่าอะไร แก้อย่างไร ไขอย่างไร รู้เรื่องหรือไม่ *ให้เข้าใจเรื่องของมัน ถ้ารู้เรื่องแล้วเอาไปปฏิบัติจึงจะถูกเรื่องของมัน* เหมือนกันกับเราสมาทานศีล นี่แหละนึกว่าตัวจะได้เอา ๆ ข้อปฏิบัติไม่มี พูดไปก็ว่าแต่ตัวเองได้ศีล ความคิดอย่างนี้มันผิด ข้อละไม่มี ข้อปฏิบัติไม่มี มันเกิดศีลไม่ได้ เราจะเข้าใจว่าคำพูดคำท่องนั้นเป็นศีล ความเห็นแบบนี้ก็ให้ไปพิจารณา ฉะนั้นถ้าเป็นอยู่อย่างนั้นจะไม่ได้พบศีลพบธรรมสักครั้ง การละการเว้นเป็นตัวศีลอยู่ในใจของเรา การฟังเทศน์ฟังธรรมเหมือนกัน ก็ต้องเข้าใจในข้ออรรถข้อธรรม ฉะนั้นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่บัญญัติไว้ไม่ใช่ว่าเอาไว้สอนวัวสอนควาย สอนหมูสอนหมา สอนเป็ดสอนไก่ เปล่า...ไม่ใช่ เพราะพวกนั้นตรัสรู้ธรรมไม่ได้ บัญญัติเอาไว้สอนเรานี่แหละ เราผู้โลภ ผู้โกรธ ผู้หลงนี่เอง เราผู้ไม่รู้จัก สอนคนที่ไม่รู้จักนี่แหละ อย่าเข้าใจ

ว่าเรายากเราหนาเราทำไม่ได้ อย่าเข้าใจ ท่านเอาไว้สอนคนอย่างนี้แหละ เหมือนกันกับโยมเอาควายมาทำนา เอาควายมาหัดไถนา ก็ต้องหัดตัวที่ยังไถไม่เป็น ตัวเป็นแล้วไปหัดมันทำไม ตัวเป็นแล้วก็ไม่ต้องหัด ถ้าคนไม่โลภ ถ้าคนไม่โกรธ ถ้าคนไม่หลง แล้วจะไปสอนทำไม ก็ไม่มีเรื่องต้องสอน

มีพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งแล้วสบาย

คำสอนของพระพุทธเจ้านี้ สอนเราผู้ไม่รู้จัก ให้มันรู้ขึ้นมา สอนคนที่ประพฤติไม่ดีให้มันดีขึ้นมา สอนบุคคลที่ประพฤติไม่ชอบให้มันชอบขึ้นมา ฉะนั้นจึงขอฝากพวกญาติโยมเราทั้งหลายทั้งปวงนั้นให้พากันพิจารณา **อันอื่นจะเป็นที่พึ่งของเราก็ได้แต่มันไม่สบาย ความชั่วก็เป็นที่พึ่งของเราได้ แต่พึ่งแล้วก็ไม่สบาย ของชั่วมันเดือดร้อน มันเกิดมาแล้วก็ได้ของไม่ดี ได้ของไม่พอใจ เพราะของมันไม่ดี เราสร้างไม่ดี มันก็ได้ของไม่ดี ไม่ใช่ทำแล้วมันแล้วไปนะ ทำแล้วมันได้บาปทำขึ้นมาแล้วมันได้มันเป็นบุญ ทำขึ้นมาแล้วมันได้มันเป็น ดีชั่วทำขึ้นมาแล้วมันได้มันเป็น ไม่ใช่ว่ามันไม่เป็นมันไม่ตาม มันต้องตามเราทั้งนั้น** ทำความชั่วแล้ว ช่างหัวมันเถอะ...มันไม่ช่างนะ มันตามเราจนได้นะ ถ้ามันตามมาแล้วทีนี้เราก็จะว่าล่ะ มันเป็นอะไรหนอ มันเป็นมาจากไหน มาเป็นมาเมื่อไร...ทำไมเราไม่ได้ทำมา คล้าย ๆ กับบุรุษผู้หนึ่งถูกเขา

จับไปโดยมีเหตุผล คล้าย ๆ กับว่าอย่างเราเกิดมาปั๊บ... มีของมามีหลักปึ๊บ หรือถูกเภทภัยต่าง ๆ มาปุ๊บอย่างนี้เป็นต้น ก็เหมือนเราไม่ได้ทำอะไร ไม่ได้เป็นอะไร เช่น เรามีชาติ (ความเกิด) ขึ้นมา มันเป็นได้อย่างไร เหมือนกันกับคนคนหนึ่งไปปล้นเขามาได้ ๒ ปีมาแล้ว เจ้าหน้าที่เขาตามหาอยู่ยังไม่เห็นไม่มีโอกาส อยู่มาวันหนึ่งบุรุษผู้นี้นั่งสานกระบุงอยู่ในบ้าน ก็มีเจ้าหน้าที่มาจับ แล้วบุรุษนั้นจะมาตอบเจ้าหน้าที่ว่าจะจับผมทำไม ผมไม่ได้ไปทำอะไร อ้างอย่างนี้ไม่ได้ ผมนั่งสานกระบุงอยู่ ผมไม่ได้ทำอะไร เจ้าหน้าที่ก็ตอบว่าไม่ได้จับเพราะสานกระบุง แต่เป็นเพราะเจ้าเคยปล้นเขามาเมื่อ ๒ ปีก่อน วันนี้เจ้าไม่ได้ทำอะไรจริงอยู่ แต่ตำรวจไม่ได้จับเรื่องวันนี้ จับเรื่องปีก่อนโน้น

สุข - ทุกข์ เพราะกรรมในชาติก่อนมันตามมาสนอง

เราก็เหมือนกันนั่นแหละ เกิดมาไม่เคยทำชั่วเลยในชาตินี้ แต่ทำไมมีทุกข์เหลือเกิน ไม่ได้ทำก็ตามในชาตินี้ แต่ชาติก่อนเราทำมาแล้ว นี่ความเห็นอย่างนี้มันเกิดมาปุ๊บเราไม่รู้จัก ไม่ได้ทำชั่วแต่ทำไมได้ชั่ว ไม่ได้ทำบาปแต่ทำไมได้บาป มันไม่จริงแล้วศาสนา ยิ่งเพิ่มความหลงเข้าไปอีกแน่ะ มันเป็นเรื่องอย่างนี้ กรรมเก่ามันตามมาถึงแล้วเราไม่รู้สึกตัว เมื่อมีเหตุการณ์อย่างนี้เกิดมาเป็นต้น เราก็ยิ่งหลงไปใหญ่เพราะเกิดมาก็ไม่เคยเบียดเบียนใคร ไม่เคยลักขโมยใคร ทำไมมันเป็นอย่างนี้นะ เลยทิ้งตัวเอง เลยทำความชั่วอีกต่อไป ฉันใดก็ดี เรื่องนี้ขอให้เอาไปพิจารณา ถ้าพิจารณาไม่ได้ ก็ลองพิจารณาทบทวนลงไปในเรื่องของเรา

วัตถุสิ่งของ ต้องคืนให้เจ้าของเดิม

พระศาสดาของเรา... ท่านสอนอยากจะให้สัตว์มีทาน มีศีล มีธรรม ภาวนา... เพราะอะไร การศีล ทาน ภาวนานี้คือ เครื่องมือออกจากโลก เราอยู่ในโลกนี้เหมือนกันกับสุ่มมันครอบเราไว้ กักขังเอาไว้ ให้มีความทุกข์ความยากความดิ้นความรนกระวนกระวายอยู่อย่างนี้ เหมือนกันกับว่า **วัตถุสิ่งของต่าง ๆ ที่หามาสร้างมา ผลที่สุดแล้วอันนี้ก็เป็นโมฆะ ต้องคืนเจ้าของเดิม...คือโลก เราจะสร้างจะเก็บวัตถุเหล่านี้ให้ตามไปก็ไม่ได้ ไม่มีทางเอาไปได้ ต้องทิ้งอยู่ในโลกเอง ของเหล่านี้เป็นของกลาง ๆ ไม่ใช่ของใคร** เช่น จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เป็นปัจจัยเป็นเครื่องส่งเสริมเราไปเท่านั้น เพื่อให้สร้างคุณงามความดี ไม่ใช่ของเราจะเอาอยู่นี่ หมายอยู่นี่ อันนี้มันเป็นของโลก ฉะนั้นพวกเราทั้งหลายจึงอย่าพากันประมาท ยังหนุ่มอยู่ก็อย่าคิดว่าให้แก่ซะก่อนเราจึงจะเข้าวัด ให้พยายามพากันสนใจในธรรมะจริง ๆ ต้องมาพิจารณา

ธรรม ไม่ใช่ว่าการฟังธรรม ฟัง...สักแต่ว่าฟังก็แล้วไป คิดว่าจะได้บุญ ทำอย่างนี้ยิ่งไม่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่สักแต่ทำทาน สักแต่ว่าทำเพราะมันได้บุญ อันนี้ก็ไม่ได้ประโยชน์ ไม่ใช่ว่าสมาทานศีลก็สักแต่ว่าสมาทาน อันนี้ก็ไม่ได้ประโยชน์ ขาดการพินิจพิจารณา ฉันใด

ชั่วชีวิตของเรามันจะอยู่ได้กี่ปีกี่เดือนกี่วัน มันก็จะค่อย ๆ เสื่อมไปสิ้นไป คนเราทั้งหลายผู้หลงอยู่ในโลกนี้ก็ยืนโด่อยู่นี่แหละ อย่างนี้มันไม่พ้นความทุกข์ซะทีหรอก สิ่งที่เราอยู่เราเป็นนี้ ตกอยู่ใต้กฎอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา การทำบุญให้ทานนั้นอย่าพากันสงสัยอันใดอันหนึ่ง สุปะฏิปันโน อุชุปะฏิปันโน ญายะปะฏิปันโน สามีจิปะฏิปันโน...เป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นผู้ปฏิบัติตรง เป็นผู้ปฏิบัติชอบ เป็นผู้ปฏิบัติไม่ลวงโลก ปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์จริง ๆ ถ้าเราเป็นผู้ประพฤติหรือปฏิบัติดีอย่างนี้ ก็จะเป็นเนื้อนาบุญอันดีอันงามของญาติโยมทั้งหลาย ญาติโยมที่มากราบ ญาติโยมที่มาไหว้ ญาติโยมที่มาทำทานด้วยจะเกิดบุญเกิดกุศลอิ่มอกอิ่มใจ มีบุญมีกุศล

ผู้ประพฤติธรรม ต้องเป็นผู้มีปัญญา

ผู้ประพฤติปฏิบัติในธรรมวินัยที่ถูกต้องแล้ว จะต้องเป็นผู้มีปัญญา พยายามแนะนำพร่ำสอนตัวของตัวและพยายามแนะนำสอนบุคคลอื่นให้มีเหตุมีผล รู้จักบาปบุญคุณโทษตามกัน ส่วนสุปะฏิปันโนของโยมนั้นก็คือให้พากันรู้จักปฏิบัติพระ ให้รู้จักอุปัฏฐากพระพอควรให้มันสมดุลกันเหมือนกันกับคนอยู่บนคนหนึ่งอยู่ล่าง ยื่นของให้กัน ถ้ามันไม่ถึงกัน คนอยู่บนก็ต้องหย่อนแขนลงมา คนอยู่ต่ำมันไม่ถึงก็ยื้อขึ้นไป คนนี้ก็หย่อนลงมา คนนั้นก็ยื่นขึ้นไปก็เลยได้ของด้วยกัน

ทีนี้ศาสนาพระพุทธเจ้า จะเสื่อมหรือจะเจริญก็เพราะพระเณรของเราและพุทธบริษัททั้งหลาย พวกเรานี่แหละจะพากันย่ำยีศาสนา ที่จะทำให้ศาสนาเจริญก็พวกเรานี่เองถ้าเราทำให้มันเสื่อมไปเราก็อยู่ไม่สบาย พระก็อยู่ไม่สบายโยมก็อยู่ไม่สบาย ต่างคนต่างไม่สบายก็เพราะเราไม่รู้จักหน้าที่ของเรา พระเณรไม่รู้จักหน้าที่ของพระเณร ญาติ

โยมก็ไม่รู้จักหน้าที่ญาติโยม ไปก้าวก่ายหน้าที่ของกันและกัน มันก็เลยยุ่งกันไป มันเรื่องอย่างนี้เพราะอะไร เพราะเราเดินไม่ถูกทางของมัน ไม่รู้จักหน้าที่ของเรา พระไม่รู้จักหน้าที่ของพระ โยมไม่รู้จักหน้าที่ของโยม พระเอาหน้าที่ของโยมไปทำ โยมเอาหน้าที่ของพระไปทำ มันเลยยุ่งกันใหญ่

ธรรมะ สำหรับผู้ออกบวช

ฉะนั้น **พระเณรเราต้องเป็นผู้มักน้อยสันโดษตามมีตามได้ในปัจจัยสี่** อันมีจีวร บิณฑบาต เสนาสนะและเภสัช การบำรุงต่าง ๆ เป็นต้น ก็มาจากโยม ไม่ให้มันมากไม่ให้มันน้อย ฝ่าย**พระภิกษุสงฆ์ก็เหมือนกัน ไม่ต้องทำความเดือดร้อนให้คนอื่นมากเกินไป ไม่จำเป็นจริงก็ไม่ต้องการ** สมกับว่าเราออกมาบวชแล้ว เราทำเองไม่ได้ เราสร้างไม่ได้ เราเป็นผู้ละ ผู้เลิก ผู้ถอน เลยต้องให้มันได้ตามมีตามได้ตามสบายของเรา ได้น้อยเอาน้อย ได้ของละเอียดของหยาบก็ช่างมัน **พระพุทธเจ้าสอนให้เป็นคนมักน้อย เป็นคนสันโดษ...เพราะอะไร ก็เพราะเราอาศัยบุคคลอื่นเลี้ยงชีวิต**ฉันใด พระเราให้เป็นแนวหน้า พระเราประพฤติปฏิบัติให้ดีให้งามขึ้นมา ญาติโยมทั้งหลายสงเคราะห์จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เภสัช โยมก็อย่าเกิน ๗ วัน ให้เข้ามาวัดมาหาพระ พระท่านอยู่สูง เราก็พยายามดูเอา พระก็ต้องพยายามสอนให้โยมรู้จักทาน

รู้จักศีล รู้จักภาวนา ทั้งพระทั้งโยมมันจะกลมเกลียวกัน ศาสนามันก็เจริญขึ้นมาได้ เมื่อมันเจริญมันก็เจริญกับพวกเราได้ ถ้ามันเสื่อมมันก็เสื่อมกับเรา เช่น พระไม่รู้จักหน้าที่พระ โยมไม่รู้จักหน้าที่โยม ฉะนั้นให้เข้าใจว่าเรานั้นแหละให้รักษาหน้าที่การงานของเรา คือศาสนาให้ได้ เรามีสำนักปฏิบัติคือวัดต้องปฏิบัติจริง ๆ พระวินัยของพระเราก็ดูของเราไม่ต้องให้ใครมาลำบากด้วย รักษาเอาไว้ให้มันแน่ให้มันตรง ให้มันแน่นอน เพราะ**เราบวชมาแล้ว เราจากมาแล้ว จากบ้านจากเรือนจากลูกจากหลาน ไม่ได้สร้างอะไรแล้ว สร้างแต่ศีลแต่ธรรม ต้องพยายามละความโลภความโกรธความหลงให้มันน้อยลง ให้มันเหลือแต่ความบริสุทธิ์เท่านั้นเอง ฉะนั้นพวกเราทั้งหลายที่ออกจากบ้านมาแล้ว ไม่ได้หวังกลับไปอีก ไม่ได้หวังสั่งสมอะไรอีก เป็นเครื่องอาศัยชั่วคราวเหมือนกันกับเรือที่ข้ามแม่น้ำแล้วก็เลิกไป ปล่อยเรือไว้กลางทะเลนี่แหละ ไม่ต้องแบกมันขึ้นไปอีก นี่เรียกว่าปัจจัยเครื่องส่งเสริม หรือเครื่องส่งคนข้ามฟากคือเรือ อันนี้เหมือนกัน เราทั้งหลายก็เหมือนกันแต่ว่ามันยาก เราทั้งหลายที่จะเป็นไป ต่างคนไม่เข้าใจกันมันจึงยาก ให้เข้าใจว่าหนึ่งนาย ก กับนาย ข สองคนไม่ถูกกัน ก่อนจะสร้างวัดให้เข้าใจว่า**

ก่อนจะสร้างวัดให้สร้างตัวเราเองก่อน โยมก็สร้างตัวเอง พระก็สร้างตัวเอง คนอื่นอย่าไปดูอย่าไปพูดถึงเขา ให้สร้างตัวของเรา ใครจะว่าอย่างไรก็ช่าง ให้สร้างความดีของเรา อย่าไปมุ่งมันเลย อันอื่นอย่าไปมุ่งให้มาก มุ่งสร้างตัวของตัวเอง นี่เป็นความเห็นของอาตมา

อาตมาเคยทำมาอย่างนี้ ตั้งวัดป่ามานี่มันยาก... ยากเพราะอะไร เพราะมันเทศน์ขัดแต่ใจคน มันก็ขัด แต่คนไม่เห็นหรอก คนยังไม่เห็น เปรียบเหมือนไก่ เอาเพชรเอาพลอยไปหว่านให้มัน มันก็เขี่ย ๆ แล้วก็เดินหนี ถึงจะมีราคาเท่าไรก็ตาม มันมีราคาเฉพาะคนเฉพาะเรา ไปให้ไก่มันก็ไม่เอา ลองเอาข้าวสารไปหว่านให้มันสิ ทีนี้มันจิกกินใหญ่เลย มันอร่อยของมัน มันพอดีของมัน มันชอบของมัน เราก็เหมือนกันฉันใด ฉะนั้นของจริงเมื่อเข้าไปถึงใจปุถุชนก็เป็นของปลอมหมด ลองดูสิ ถ้าเทศน์ว่าอย่าเบียดเบียนกัน อย่าฆ่ากัน รับไม่ได้นะ เพราะมันมีแผลอยู่ นี่มันผิดอย่างนี้เพราะอะไร เพราะยังไม่เข้าใจ เหมือนไก่นี่แหละ เอาของมีราคาเท่าไรให้ก็ไม่เอา ผลักหนี เพราะไม่ชอบ มันไม่มีราคา ศีลธรรมนี่มันไม่มีราคากับบุคคลที่ยังไม่เห็นเหมือนกันกับเพชรพลอยไม่มีราคากับไก่ เอาข้าวเปลือกข้าวสารให้พอดีกับมัน นั่น

เรื่องมันเป็นอย่างนี้ มิฉะนั้นพวกเราจะทำอะไรให้ทำจริง ๆ ทำให้มันจริง ๆ สร้างพวกเรานี่ซะก่อน อันอื่นเอาไว้ก่อน หรือจะสร้างกุฏิ อย่าสร้างหลังใหญ่ สร้างกุฏิกรรมฐานนี่ อย่าสร้างหลังใหญ่ สร้างพออยู่องค์เดียวสบาย ๆ สองสามองค์ก็ทำขึ้นมาได้ ทำให้พอควรของเรา มีเท่าไรให้อยู่เท่านั้นซะก่อน ตรงจะเอาจริง ๆ นั้นคือความดีของเรา

ศาสนาจะเจริญขึ้นก็ที่ใจของพวกเราทั้งหลาย ไม่ใช่ที่อื่น

ศาสนาที่มันจะเจริญขึ้นมา ไม่ใช่กุฏิหลังใหญ่ ศาลาหลังใหญ่ โบสถ์หลังใหญ่ที่มันสวยมันงาม ที่จะทำให้ศาสนาจะเจริญ...ไม่ใช่นะ ถ้าอย่างนั้นตึก ๙ ชั้นอยู่เมืองอุบลฯ ก็ศาสนาเจริญหมดแล้วล่ะซิ มันเจริญด้วยปูน เจริญด้วยการก่อการสร้าง เจริญอย่างนี้ไม่ใช่ศาสนาเจริญ **ศาสนาที่จะเจริญ...คือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ายังบริบูรณ์ในใจพระใจเณรเรา ในใจญาติโยมทั้งหลาย** แม้จะอยู่กุฏิหลังเล็ก ๆ ก็ช่างมัน มันเจริญอยู่ในใจ เมื่อพระเจ้าพระสงฆ์ทรงศีลทรงธรรมได้เรียบร้อยดีอยู่ในปาฏิโมกข์บัญญัติ นั่นแหละศาสนาเจริญ แม้จะอยู่กระต๊อบใบจากก็ตามเถอะ ญาติโยมทั้งหลายก็เหมือนกัน ถ้าเป็นผู้มีศีลมีธรรม พยายามให้มีศีล ๕ ศีล ๘ อยู่เรื่อย ๆ ไป แม้จะทุกข์จะจนอยู่สักเท่าไรก็ตามเถอะ อันนี้เรียกว่าศาสนาเจริญ เจริญเพราะความดี เจริญเพราะความบริสุทธิ์

ศาสนาเจริญเป็นอย่างนี้ ศาสนาไม่ใช่วัตถุ ไม่ใช่กุฏิใหญ่ ๆ ไม่ใช่ศาลาหลังใหญ่ ๆ โบสถ์ใหญ่ ๆ ใจเราทั้งหลายไม่ประมาทจากศีลจากธรรม พ่อออกแม่ออก อุบาสกอุบาสิกา ประพฤติปฏิบัติไป ถ้าเฒ่ามาแก่มาพอควร ๓๐ ๔๐ ๕๐ ปี ก็พยายามละ พยายามถอนสิ่งต่าง ๆ ปล่อยให้ลูกให้หลานไปซะ เข้ามาสรรหาศีลธรรมเรื่อย ๆ ไปทีละน้อย ให้มันมีจิตใจเป็นบุญส่งเสริมกันเข้า ต่างคนต่างทำกันขึ้นมา คนเฒ่าแก่หน่อยดี เข้ามาพยายาม พระทำเอาพระ โยมทำเอาโยม ได้ใครได้มัน เรามาอยู่นี้ก็เหมือนกัน ฝ่ายพระเณรญาติโยมนี้ มาร่วมกันทำมาร่วมกันสร้าง แต่ได้ใครได้มัน ให้มีความสามัคคีกัน ถ้าขาดความสามัคคี...ความเจริญก็ไม่เกิด

ผู้ชี้ความผิด เหมือนชี้ขุมทรัพย์ จงรับด้วยดี

เราสร้างความดีต้องตั้งความรู้สึกให้ตรง ใครจะว่าผิดก็ตาม ความถูกมันมีอยู่ เขาว่าผิดก็ตาม แต่เราทำถูก ฉะนั้นผู้ประพฤติปฏิบัติอย่าไปกลัวคนนินทา อย่าไปกลัวคนสรรเสริญ ความที่เขาว่าไม่ดีกับความที่เขาว่าดีนั้น... **พระบรมครูของเราท่านสอนว่า ความที่เขาว่าไม่ดีนั้นมีราคามาก ความที่เขาว่าดีนั้นมันมีราคาน้อย** คนเราอยากให้เขาว่าดีมาก ๆ เขาว่าไม่ดีก็โกรธ แต่พระพุทธเจ้าท่านว่าอันนี้มันมีราคามาก ถ้าเขาว่าไม่ดีนั่นแหละมันไม่ดีตรงไหน เราจะได้ดูตัวเรา กายไม่ดี วาจาไม่ดีหรือ เราจะได้เตรียมจะได้ตรวจจะได้เตือน ได้ปฏิบัติขึ้นมาแต่ถ้าคนนั้นก็บอกว่าเราดี คนนี้ก็บอกว่าเราดีแล้ว มันจะหลงมันจะไม่มีราคามันจะลืมตน อันนี้ที่เขาว่าดี...มันมีราคาน้อย จะทำให้เราหนึ่ง...ให้เราเสมอตัว สอง...ให้เราทรุดลงไป แต่คนที่เขาว่าเราชั่วนั้น จะทำให้เรา หนึ่ง...เราเสมอตัว สอง...เราดีขึ้น นี่มันเป็นอย่างนี้นะให้พิจารณาดู

ทำความดี อย่าให้ใครบังคับ

ศาสนาไม่ใช่ของใคร มันเป็นของเรา **ใครทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว...ทำความดีอย่าให้ใครบังคับ ถ้าบังคับแล้วไม่ได้ดี ความดีต้องทำจริง ๆ ตั้งแล้วทำปุ๊บ ความจริงไม่ต้องให้ใครบังคับ ไม่ต้องให้ครูบาอาจารย์ลำบากด้วย ไม่ต้องให้เพื่อนลำบากด้วย เรามาปฏิบัติต้องปฏิบัติจริง มันจึงจะเห็นความจริง คนที่ออกมาประพฤติปฏิบัตินั้น แต่ยังทำให้คนอื่นลำบากอยู่ มันไม่ใช่คนปฏิบัติ มันเป็นคนวิบัติ** นั่นแหละบริษัทบริวารเรานั้น เราพากันมาประพฤติปฏิบัติก็ทำเอาใครเอามันหนีว่ายน้ำหนี วิ่งหนีจากข้าศึก คือ กิเลส เราชวนกันไปวัด มันจะเจริญได้ก็เพราะพ่อออกแม่ออกของเรา พระเจ้าพระสงฆ์ร่วมมือกันให้รู้เรื่องกัน พูดให้รู้เรื่องกันเอากันอย่างไร จะทำอย่างไรก็พูดให้มันพร้อมกัน ต่างคนต่างสร้างตัวเองนี่แหละ การสร้างวัดให้สร้างตัวเสียก่อน ให้พยายามสร้างให้ตัวเอง กุฏิวิหารเอาไว้ก่อนให้สร้างตัวเองดีก่อน นี่คำสอนพระพุทธเจ้าแน่นอนเหลือเกิน อาตมาไปอยู่ป่าพงครั้งแรก... ลำบากมาก

กระดาษยาสูบหมด ไม่เคยได้ขอ...ไม่ขอใคร ไม้ขีดหมด ไม่ขอ...ไม่ขอใคร ให้มันตายลง ถ้าตายเพราะไม่ได้สูบยา ให้มันตายซะ เป็นโรคอยู่ ๓ ปี...เป็นไข้ป่า (ไข้มาลาเรีย) เอ้า...กินมันไป...บอระเพ็ด ยาต้ม ไม่ไปหาหมอ สู้มันอยู่อย่างนั้นแหละจนหลายปี อยู่ที่นั่นมันทำได้ยาก แต่ก็ทำ **ไม่ดีก็ให้มันตายซะ ไม่ตายก็ให้มันดี** เราจะสู้มันอยู่นี่ ไม่กลัวมันล่ะ อาหารบิณฑบาตได้แต่ข้าวมาก็กินมันข้าวเปล่า ๆ นี่ล่ะ (ลองเป็นหมาดูสักชาติ) หมามันกินแต่ข้าว ให้มันกินแต่ข้าว ก็เห็นมันอ้วนดี...ไม่ตาย ต้องได้อย่างนี้ เราได้ทำแล้วก็ต้องทำจริง ๆ เชื่อพระพุทธเจ้า ให้มันตายในคำสอนของท่าน ต้องค้นหาความจริง...มันจึงจะได้ความจริงเป็นหลักฐานยืนยันขึ้นมา มันต้องทำจริงอย่างนี้จึงจะได้ความจริง

ให้ต่างคนต่างรักษาเจ้าของ อยู่กุฏิป่าพงตั้ง ๔ - ๕ ปี อยู่ฟากไม้ไผ่ โย้ไปโย้มาอยู่อย่างนั้น ฉันข้าวก็นั่งอยู่ตรงลานดิน มดปลวกก็กัดแต่ไม่ถอย ตายก็ให้มันตาย เป็นก็ให้มันเป็น มีพระบางองค์เป็นไข้มาลาเรียจะวิ่งหนีไปหาเพื่อน อาตมาก็ไม่ให้หนี ให้อยู่ที่นี่ล่ะ ตายก็ให้ตาย อาตมาจะเผาให้ แต่ถ้าอาตมาตาย...ท่านก็ช่วยเผาให้ด้วยนะ สู้มาตลอดจนได้ ๑๕ ปี สร้างตัวเองถึงขนาดคนมาท้าเตะ อยากเตะก็ให้เตะ ทำอะไรก็ให้ทำ ลองทำดู

เอ้าลองไปทำไป ทุกข์ขนาดไหน อยู่ป่าพงใครไม่อยาก ทุกข์ให้หนีไป แต่**ทุกข์นี้เป็นตัวสัจธรรม จะกลัวทุกข์ทำไม ต้องพยายามบากบั่นจริง ๆ** การรักษาพระวินัยปาฏิโมกข์บัญญัติ ต้องพยายามอย่างมาก ถ้าไม่ใช่ญาติไม่ปวารณา...อย่าขอ อาตมาคนปวารณาเป็นญาติ แต่ไม่ขอ พยายามจริง ๆ ตลอดมา จนมีลูกศิษย์ลูกหา สมัยผมออกปฏิบัติมีเข็มเล่มเดียว (แถมยังงออีกด้วย) ด้าย (ไหมจูงผี) ก็เอาฝ้ายมากรอ ส่วนผ้าก็หายากมาก จะไปขอใครก็ไม่ได้เพราะไม่รู้จักใคร...กลัวเป็นอาบัติ กลัวเป็นบาป ไม่เคยขอใคร เป็นไข้อยู่ในป่า ไม่ได้กินยาอะไร...ไม่มียา พอมันจะตายจริง ๆ ได้ยินเสียงเก้งมันร้อง *(เป๊ก เป๊ก)* เลยได้คิดขึ้นมาว่าพวกเก้งพวกสัตว์ มันเป็นไข้เป็นหรือเปล่าหนอ มันก็เป็นเหมือนกันแล้วมันกินยาที่ไหน ใครรักษามัน พอคิดได้ดังนี้จึงมีกำลังขึ้นมา บากบั่นพยายาม...ยิ่งทุกข์ก็ยิ่งสนุก มันเป็นเรื่องอย่างนี้...**นักปฏิบัติต้องเอาให้จริงให้จัง ถ้าไม่จริงก็ไม่เห็นความจริง** ถึงได้ออกจากครูบาอาจารย์ ยิ่งหวาดยิ่งกลัวยิ่งสยองต่ออาบัติ เกิดขึ้นมาไม่เคยไปสร้างโลกกับเขา **ชีวิตของอาตมาออกมาปฏิบัติในพุทธศาสนานี้ ก็อยากให้มันถึงที่สุดจริง ๆ ตามความมุ่งหมาย แต่ไม่รู้จะถึงหรือเปล่า เอาชีวิตเข้าแลกเลย ตายก็ตายเป็นก็เป็น อันไหนที่พระพุทธเจ้าท่านทรงห้ามท่าน**

ให้เลิก ก็เลิกจริง ๆ ต้องเอาจริง ๆ ภาวนามาหลายปี จนมาถึงวัดป่าพงเป็นที่สุด มีพระจำพรรษาอยู่ ๓๐ - ๔๐ รูปด้วยกันในทุกวันนี้ นี่ก็เพราะสร้างตัวเองก่อน อดเอา กลั้นเอา เชื่อมั่นว่านักปฏิบัติไม่ตายไม่อด ถ้าทำจริง ๆ ถึง แม้มันทุกข์สั่งสมก็ช่างมัน ใจมันเป็นสุข บางครั้งผ้าขาด หมด ไร้ญาติสนิทพี่น้องจนเกือบจะขอคน...ก็ไม่ยอมขอ ขาดก็ให้มันขาดอยู่นี่แหละ บางครั้งก็เอาผ้าเช็ดเท้านั่น แหละมาเย็บใช้มาปะจีวร ทุกข์มากเหลือเกิน ทุกข์อยู่ก็ทน ไม่ได้ออกเป็นวาจาวิญญัติ ไม่ได้ขอของจากใคร เคารพ พระพุทธเจ้า ไม่เป็นโจรปล้นคำสอนของท่าน เคารพคำ สอนของท่าน มันจึงยากมันจึงลำบาก นี่แหละให้ญาติ โยมทั้งหลายอย่าพากันสงสัยเรื่องพระพุทธศาสนา เรื่อง ต่าง ๆ นานาที่ปะปนกันมาหลายอย่างหลายประการ ถ้า เรื่องของพุทธศาสนาจริง ๆ แล้วไม่มีอะไรมาก ไม่มี พิธีรีตองอะไรมากมาย ไม่มีขัน ๕ ขัน ๘ ขัน ๙ ขัน ๑๐ ไม่มีขันอะไรหรอก ไม่มีธูปมีเทียนอะไรหรอก ถ้าเอาจริง ๆ แล้ว นั่งภาวนาอยู่ที่ไหน กำหนดจิตอยู่ ตรงนั้นแหละ ละอยู่ตรงนั้นแหละ ความชั่วเกิดอยู่ในป่า... ก็ละอยู่ในป่านั้นแหละ ไม่ให้มันตามมาบ้านหรอก มัน อยู่ในทุ่ง...ก็ละอยู่ในทุ่งนั้นแหละ ไม่ต้องมีพิธีรีตองอะไร มากมาย

พุทธศาสนา ไม่ต้องมีพิธีอะไรมากมาย

พุทธศาสนาไม่มีพิธีรีตองมากมาย แต่ให้พากันประพฤติปฏิบัติ ญาติโยมทั้งหลายเรานั้นให้ละให้ได้ ละฤกษ์ดี ยามดี ดูหมอ สะเดาะเคราะห์ ถือผี ถือปีศาจ เลิกออกให้ได้ ในใจนี้ให้ถึงคุณพระพุทธพระธรรมพระสงฆ์จริง ๆ มันจะตายอย่างไรก็ช่างมัน หายามากินพอบรรเทา พยายามฟังเทศน์ครูบาอาจารย์ให้เข้าใจ มันจะได้เองของมัน ขอแต่ตั้งใจพยายาม แล้วประโยชน์มันจะเกิดขึ้นมา แต่ว่า**พวกเรายังไม่ได้ถือพุทธศาสนา มันไปถืออยู่ต้นไม้ภูเขาเหล่ากา ถือเทวดาอารักษ์ ถือภูตถือผีปีศาจ ถือนั่นถือนี่วุ่นวาย มันเลยไม่เข้าถึงศาสนาสักที เรื่องถือ... ถ้าสงสัยให้ถาม อย่าให้มีทิฐิมานะ ถามเพื่อความเข้าใจของเราจริง ๆ ให้มันแจ้งชัดจริง ๆ ในเรื่องพุทธศาสนา ญาติโยมจะได้ที่พึ่งอย่างมากทีเดียว** อันนี้เราพากันข้ามไป ไม่ได้พิจารณาโดยแยบคาย มันเกิดขึ้นไม่ได้เพราะเราทำไม่ถูกหนทางทำไม่จริงแท้ ความจริงคุณค่าศาสนามันมี ท่าน

ผู้มาบวชมาเรียนในพุทธศาสนา ท่านวิจารณ์ได้พิจารณาได้ ท่านมาปฏิบัติจริงหาความจริง ท่านก็พบความจริง นี่คนท่านหาจริง แต่ส่วนมากเราบวชพอให้แล้ว ๆ ไป ที่บวชเข้ามาโดยมากบวชพอแล้ว ๆ ไป บวชเพื่อพิธี จะมาบวชแค่เดือนเดียว ๕ เดือน ๖ เดือน หรือมาบวชใกล้ ๆ เข้าพรรษานี่ บางคนบวชวันเข้าพรรษาก็มี มันเหมือนกับการบวชเป็นการติดคุกติดตะราง นี่เพราะมันไม่รู้ไม่เห็นว่าความหมายของการบวชคืออะไร เลยไม่ได้ทำกิจของศาสนาเลยเดือดร้อนกระวนกระวาย มันเลยทรุดไปเสื่อมไป อันนี้ขอฝากญาติโยมชาวเมืองอุดรฯ ของเราเอาไว้พิจารณาไม่ต้องอื่นไกลหรอก ให้พากันเอามงคลตื่นข่าวออกจากใจซะ

ศีล ๕ เครื่องวัดความเป็นมนุษย์

ให้พากันพยายามรักษาศีล ๕ ไว้ เพราะมันเป็นเครื่องขัด นี่แหละเราจะไม่ขาดทุน **การเป็นมนุษย์ต้องมีศีล ๕ ประการ ศีล ๕ นี้คือมนุษย์แท้ ถ้ายังบกพร่องอยู่ก็เป็นมนุษย์ไม่เต็ม** ไม่ต้องสงสัยในศีล ๕ กรรมบถ ๑๐ ของเรา สร้างให้มีภายในจิตนี้ ให้มันมีขึ้นมาจึงจะรู้จักตัวเองจริง ๆ แต่ส่วนมากเราไม่ทำจริง ๆ กลัวไม่มีกิน สัตว์ก็กลัวไม่มีจะกิน เมืองอุดรฯ ไม่อดคนฆ่าสัตว์หรอก เรามีปัญญาก็ไม่ฆ่า ไปแลกเปลี่ยนมาก็ได้ นี่ถ้าเราจะทำนะ ไปแลกเปลี่ยนเอามา...ไม่ต้องฆ่าเอง คนฆ่าแล้วขายก็มีอยู่มาก

ภาวนาคือพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง

เรื่องภาวนานั้นคือเรื่องการพิจารณาให้รู้เท่าตามเป็นจริงนี่เอง อุปกรณ์ที่จะให้รู้เท่าตามเป็นจริงนั้นมีหลายอย่าง เป็นต้นว่าทำศีลให้บริบูรณ์ เมื่อศีลบริบูรณ์แล้วเป็นสมาธิ แล้วจึงถึงปัญญา คล้าย ๆ กับว่ากระโถนใบนี้ เรายังไม่รู้แจ้งเรื่องกระโถน กระโถนใบนี้ยังไม่รู้แจ้ง แต่เราก็คิดว่าเรารู้แจ้งในเรื่องกระโถนใบนี้ อย่างเราเรียกกระโถนเข้าใจอย่างนี้ แต่ไปถึงอีกบ้าน...เขาเรียกถ้วย ไปอีกบ้านเขาเรียกหม้อ จะว่าอย่างไร ความเป็นจริงกระโถนนี้ไม่มี... เป็นสิ่งสมมุติขึ้นมา ถ้าหากว่าเราเรียกกระโถน คนอื่นเค้าเรียกถ้วย มันก็เถียงกันเท่านั้นแหละ เพราะเราไม่รู้ ถ้าเรารู้จักกระโถนแล้วเค้าเรียกหม้อเราก็รู้จัก เพราะกระโถนมันเป็นสมมุติ เราจะเรียกถ้วยมันก็อยู่ที่เราเรียก เราเรียกถ้วย...มันก็ไม่ว่า เรียกกระโถน...มันก็ไม่ว่า ของเหล่านี้มันเป็นสภาวะอย่างนี้ ของมันอยู่อย่างนี้ เราไปยึดมันเอง จริง ๆ แล้วมันเป็นของสมมุติอันหนึ่ง ภาวนารู้เท่าตาม

เป็นจริงของกระโถนนี้ สภาวะของกระโถนนี้คือสกนธ์ร่างกายของเรานี่แหละ ที่พระพุทธเจ้าสอนไม่ใช่ตัวเราไม่ใช่ของของเรา สภาวะอันนี้เป็นของอย่างนี้ไม่เที่ยงไม่ใช่ตัวตนเราจริง ๆ ถ้าเรารู้จักว่ามันไม่ใช่ตัวตนจริง ๆ เราก็ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร เหมือนกระโถนใบนี้ เราใช้กระโถนใบนี้อยู่แต่จะเรียกถ้วยก็ได้ เราใช้ร่างกายอันนี้อยู่ เขาจะว่าดีก็ได้ เขาจะว่าไม่ดีก็ได้ เพราะเรื่องดีไม่ดีเขาไม่เป็นประมาณ

เรื่องภาวนาให้รู้เท่าตามเป็นจริงของมัน ใจเราจะละได้วางได้ไม่ได้ยึดกระโถนนี้ตามเป็นจริง ไม่ได้ยึดว่าถ้วยนี้ตามเป็นจริง สภาวะอันนี้เป็นของกลาง เขาจะเรียกกระโถนเราก็สบาย เขาจะเรียกหม้อเราก็สบาย นี่คือการรู้เท่าตามเป็นจริง เรียกว่ารู้เท่าตามเป็นจริงของมัน ความสงสัยก็เลยไม่มี เมื่อพ้นจากสมมุติ วิมุติก็เกิดขึ้นมา **การทำสมาธิ...จะบริกรรม พุทโธก็ได้ ธัมโม สังโฆ ก็ได้แล้วแต่เราจะทำจนจิตใจของเราสงบจากความนึกคิดต่าง ๆ นานา จิตลงเป็นหนึ่งได้...นี่เรียกสมถะภาวนา...ทำใจให้สงบ เมื่อใจเราสงบแล้วก็เอาจิตใจมาภาวนาพิจารณาให้มันรู้เท่าตามเป็นจริงขึ้นมา เมื่อรู้เท่าตามเป็นจริงได้ก็เป็นวิปัสสนา**

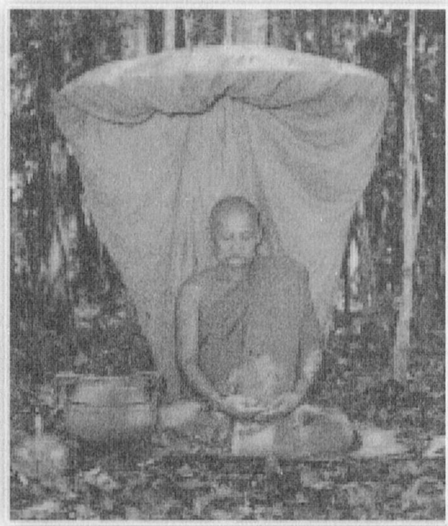
เรื่องของการภาวนา การภาวนา คือ การพิจารณานี่เอง ร่างกายของเราเป็นของไม่งาม ตรงไหนที่ว่ามันงามลองดูซิ มันไม่ใช่ของเรา ลองดูซิ มันไม่ใช่ของเรา ลองพิจารณาดูจนมันรู้เท่าตามเป็นจริงจนเห็นว่ามันไม่งามจนเห็นว่ามันไม่ใช่เรา นี่เรียกว่าการภาวนา การพิจารณาเห็นว่าไม่งามนี่ก็เป็นสมถะแล้ว **การภาวนาจะช้าเร็ว อยู่ที่อุปนิสัยปัจจัยของเรา ถ้าปัญญาไม่รอบคอบ จะเดินถูกได้อย่างไร ถ้าปัญญาไม่ละเอียด สมาธิจะเป็นได้อย่างไร** ถ้าพูดถึงการปฏิบัติแล้วต้องปัญญามาก่อน ถ้าพูดทางปริยัติต้องทาน ศีล สมาธิ ปัญญา แต่เมื่อพูดถึงปฏิบัติต้องมีปัญญามาก่อนจึงจะรู้จักการให้ทาน ถ้ามีปัญญาแล้วการให้ทานก็สมบูรณ์ รักษาศีล...ถ้ามีปัญญา ศีลก็สมบูรณ์สมาธิมีปัญญาก็ตัดกิเลสได้.

ธรรมบรรยาย ในโอกาสเดินทางมาเยี่ยมหลวงตามหาบัว ณ วัดบ้านตาด เมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๑๑



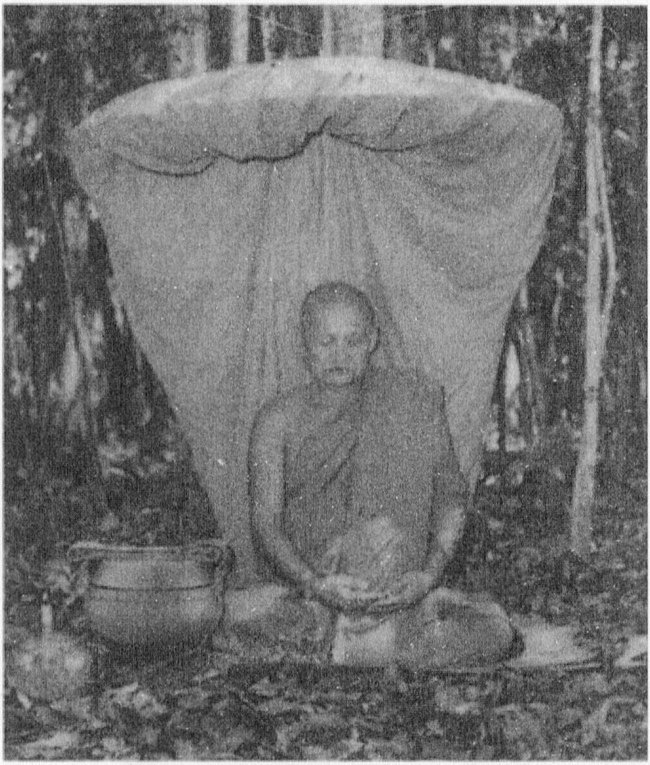
ถ้าเป็นคนไม่รู้จักปัญหาแล้ว ก็มีความทุกข์...เป็นธรรมดา
ความสุขนี้...มันก็ไม่แน่นอนเหมือนกัน
เมื่อความสุขเกิดขึ้นมา...บางทีเราก็อาจร้องไห้
คนเรา...ถ้ามีความสุขแล้ว ชอบเผลอ ชอบติดสุขอยู่ที่นั่น

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)



บุญอันประเสริฐ

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)



เมื่อจิตสงบแล้ว...
ปัญญามันจะเกิด ปัญญามันจะรู้ ปัญญามันจะเห็น
แล้วเอาจิตที่สงบ พิจารณาร่างกายของเรา
ตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาหาศีรษะ
พิจารณากลับไปกลับมา เป็นกรรมฐาน...

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

การปล่อยวาง ทำให้เกิดความสบาย

บุญคือความสงบ บุญคือความระงับนี่เอง (ระงับทุกข์ออกจากใจตัวเอง) ทำไมถึงทุกข์ ถ้าถามอย่างนี้ ก็มีความหมายว่า ทำไมมันถึงหนัก กายเราทำไมถึงหนัก อย่างเราแบกกระสอบข้าวสารทำไมถึงหนัก หนักเพราะกระสอบนี่เอง เพราะเราแบกอยู่เพราะกระสอบนี้เอง ถ้าทิ้งออก ทำไมไม่หนัก ก็เพราะไม่ได้แบกกระสอบ ก็เลยเบา ก็เลยสบาย ความหนักกับไม่หนักต่างกันอย่างไร ให้ศึกษาดู หนักมันคือทุกข์ มันบีบมันไม่สบาย ส่วนความเบาคือสบาย มันไม่บีบ ความสบายเกิดจากอะไร เกิดจากการทิ้งกระสอบออกจากบ่าของเรา การวางการปล่อยทำให้เกิดการสบาย ถ้ามันหนักมันบีบใจ มันทุกข์เพราะอะไร เพราะแบกไว้ ถ้าแบกไว้ผลก็เลยเป็นอย่างนี้ นี่คืออุปาทาน มันเลยเกิดทุกข์ขึ้นมา เพราะอะไร ทุกข์เพราะคนคนนั้นว่าเป็นของเรา ทุกข์เพราะของมันเสียหาย เราอยากให้มันเสีย หรือมันเสียเองของมัน ถามถึงเหตุของมัน ของนั้นเป็นของของเราจริงหรือเปล่า ซักถามให้ได้คำตอบชัดเจน เราจะได้เห็นว่า เออ มันเป็นอย่างนั้น เราจะได้ทิ้งสิ่งเหล่านั้น (ทิ้งอุปาทาน) ใจเราจะได้เบา

สัจธรรมความเป็นจริงของมัน เป็นอยู่อย่างนั้น

ความเบากับความหนักอันนี้ไม่ได้อยู่กับวัตถุ แต่มันอยู่ที่ใจเรา ถ้าเราเข้าไปแบกมัน มันก็หนัก ถ้าเราปล่อยเราวาง...มันก็เบา มันจะหนักจะเบาก็อยู่ที่เรา จะสุขได้ก็เพราะเรา จะทุกข์ได้ก็เพราะเรา มันไม่หนักเพราะกระสอบข้าว กระสอบข้าวมันก็หนักอยู่ของมัน ถ้าเราไม่แบกเราก็ไม่หนัก ความหนักของกระสอบไม่ได้ให้ทุกข์ใคร ไม่ได้ไปบีบใคร มันหนักอยู่ของมัน ถ้าคนเข้าไปแบกจะทำให้ทุกข์ฉันใด **สิ่งของต่าง ๆ เขาเป็นอยู่อย่างนั้น เขาไม่มีพี่ไม่มีน้อง เขาเป็นอิสระอยู่อย่างนั้น สิ่งเหล่านี้เกิดมาก่อนเรา สัจธรรมความเป็นจริงของมันอยู่อย่างนั้น** สัจธรรมเป็นอย่างนี้ อย่าเข้ามาใกล้เรา อย่าเข้ามาจับเรา ถ้าจับก็จะร้อน ถ้าจับจะตีตัวเรา มีแต่หนาม อย่ามาใกล้ ไม่ต้องมาจัดมาแจง เราจะเป็นอย่างไรก็ช่าง ไม่ใช่เรื่องของใคร ตัวเองก็ไม่รู้จักหน้าที่ของตัวของเขา จะไปเอาหน้าที่ของสังขารมาวัดไม่ได้ อยากมาจับเป็ดให้มันเป็นไก่ จับ

ขยำบอกว่าเป็นไก่สิ เป็นไก่สิ มันก็ไม่เป็น ปากก็ต้องได้เป็นปากไก่ เท้าก็เป็นเท้าไก่ ร้องก็ให้มันเป็นเสียงไก่... พูดไปจนตาย มันก็เป็นเป็ดอยู่เหมือนเดิม เท้าก็แบน ๆ ปากก็แบน ๆ เหมือนเดิม ร้องก็ก้าบ ๆ เหมือนเดิม มันไม่เป็นไก่ให้สักที คนอยากให้เป็ดเป็นไก่ก็ทุกข์อยู่อย่างนั้นเพราะมันไม่เป็นให้สักที

อันนี้ของไม่ใช่ของเรา มันไม่แน่ มันไม่เที่ยง ก็เข้าใจว่าเป็นของเรา อยากให้แน่มันเที่ยง มันก็ไม่แน่ไม่เที่ยง เลยทำให้ใจเราเป็นทุกข์อยู่อย่างนั้น ทำอย่างไรจึงจะหายทุกข์ ก่อนจะหายจากทุกข์ก็ไม่ยาก ก็มาคิดว่าเราต้องการให้เป็ดเป็นไก่มาหลายวันแล้ว แต่มันก็ไม่เป็นให้ เอ้า...ให้มันเป็นเป็ดอย่างเดิมของมันซะ ให้ปากให้เท้าให้เสียงร้องเป็นอย่างเดิมซะ *ใจของเราก็สบาย* สบายเพราะอะไร เพราะเราไม่ได้ไปมั่นหมายให้เป็ดเป็นไก่ เป็ดก็เป็นเป็ด ไก่ก็เป็นไก่ *ความสบายอันนี้ก็กลายเป็นความสงบ สงบเพราะว่าความอยากให้เป็ดเป็นไก่ ไก่เป็นเป็ดมันไม่มี* แต่ก่อนไม่รู้จัก เลยไปบังคับให้เป็ดเป็นไก่ ไก่เป็นเป็ดก็เลยไม่สงบ ก็เลยมาพิจารณาใหม่ว่า ไม่ต้องไปจัดไปแต่งมัน มันจะเป็นเป็ดเป็นไก่ มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ก็เลยสบาย หมายความว่ารู้ว่าเป็ดเป็นอะไร ไก่เป็น

อะไร เหมือนร่างกายของเรา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา นี่คือความจริง แต่ความเห็นของเราสวนตามอันนี้ เป็นเราเป็นเขา มันเลยกลับกัน

ความจริงเป็นอย่างหนึ่ง เราคนหลงความจริงว่าเป็นอีกอย่างหนึ่ง มันเลยไม่เข้ากัน มันเลยทะเลาะกันกับความจริง มันเลยทะเลาะกันกับธรรมะ อย่างสภาวะร่างกายของเรานี้ จะเป็นหูก็ดี เป็นตาก็ดี จมูกก็ดี เป็นกายทุกส่วนก็ดี ความเป็นจริงเราเข้าใจว่าเรา ถ้าเราเข้าใจว่าเราแล้ว เราเลยไม่ต้องการให้มันเป็นอะไรสักอย่างแม้แต่สักครั้ง ไม่ให้มันเจ็บขา ไม่ให้มันปวดขา ไม่อยากให้เฒ่าให้แก่ ให้เจ็บหลังปวดเอวอย่างนี้ นี่คือเราอยากให้เป็ดเป็นไก่ อยากให้สังขารอยู่ใต้อำนาจของเรา ให้มันเป็นอย่างนี้ ตาก็ไม่อยากให้มันฝ้าฟาง หูก็อย่าให้มันหนวก ฟันก็อย่าให้มันหลุด กินข้าวก็ให้มันอร่อยทุกวัน วันที่ไม่อร่อยอย่าให้มันมี นอนก็ให้มันหลับสนิท วันที่นอนไม่หลับอย่าให้มันมี การพูดการจาของคนในบ้านก็อยากให้ถูกใจเราทุกอย่าง อย่าให้คนพูดไม่ถูกใจ มันก็จะทุกข์ไปจนตายนั่นแหละถ้าคิดแบบนี้

อันนี้แหละคืออยากให้เป็ดเป็นไก่ เราไม่อยากให้หู

ตาเราเป็นอย่างนี้ เป็นไปไม่ได้ เพราะสภาวะนี้เรียกว่า ธรรมชาติ *ธรรมชาติคือถูกต้องตามธรรมะ รูปธรรม นามธรรมเป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา อนิจจังคือ ของไม่เที่ยง ไม่แน่นอน ไม่อยู่เหมือนเดิม* ผมไม่อยู่เหมือนเดิม หูไม่เหมือนเดิม เนื้อหนังมังสาไม่อยู่เหมือนเดิมสักคน แสดงอยู่เสมอว่าไม่ใช่ของใคร ไม่ฟังความใคร มันเป็นไปตามสภาวะอย่างนี้ นี่คืออนิจจัง

นี่แหละบุญอันเลิศ บุญอันประเสริฐ

ถ้าเราไม่รู้จักอนิจจัง อยากจะบังคับให้ได้ตามใจของเรา ทุกข์ก็เกิดเพราะมันไปขวางธรรมะ ไม่รู้เท่าธรรมะ เหมือนกันกับเราไปยืนกลางถนนหลวง ไปขวางทางรถ เห็นรถเขามาก็ว่า แต่รถเขามาใกล้ตัวเองอยู่อย่างนั้น เห็นคนมาก็ว่าคนมาใกล้ เราไม่เห็นว่าตัวเองไปยืนอยู่กลางถนนหลวง ไปว่าแต่คนแต่รถ ทางที่ดีเราควรออกจากทางถนนมา ก็จะสบายฉันใด มีผู้รู้อนิจจังแล้วมันก็เลยสบาย ทุกขังมันก็เกิดไม่ได้ เพราะสิ่งเหล่านี้เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ธรรมชาตินี้เป็นของว่าง ว่างจากของเรา ว่างจากเขา ว่างจากสัตว์ ว่างจากบุคคล แต่เป็นของสมมุติว่าเราว่าเขาเฉย ๆ เป็นสมมุติเท่านั้นเอง

ถ้าเรามารู้เรื่องทั้งหลายเหล่านี้ตามเป็นจริงแล้ว คือรู้อริยสัจนี่แหละ บุญจะเกิด แม้แต่ฆราวาสอยู่ตามบ้านตามเรือนได้รู้ได้เห็นอย่างนี้แล้ว ชื่อว่าขัดความเศร้าหมองออก ชื่อว่าขัดเกลากิเลส ชื่อว่าขัดเกลาความคิดเห็นผิด

นั้นออก ชื่อว่าขูดทุจริตนั้นออกจากใจของเรา ใจเราจะมีความรู้สึกสบาย สงบระงับจากความไม่ยึดมั่นทั้งหลาย... นี่แหละบุญอันเลิศ คือบุญอันประเสริฐ นี่คือบุญชั้นยอดที่พระศาสดาของเราสั่งสอน ว่าจิตนี่แหละเป็นผู้สงบ จิตนี่แหละเป็นผู้ระงับ

เมื่อมารู้เท่าสิ่งทั้งหลายเหล่านี้แล้ว...ก็เลยปล่อย ทำไมถึงปล่อยมัน ปล่อยเพราะมันแต่งไม่ได้ ไม่ใช่สิ่งที่จะแต่งได้แปลงได้ ถ้าเราไปบังคับมัน ไปเปลี่ยนแปลงเปลี่ยนมันไม่ได้ ก็เลยเป็นทุกข์ ถ้ารู้ว่าแต่งไม่ได้ปรุงไม่ได้ก็ให้รู้จักปล่อยมันซะ ก็อย่างที่เราไปบังคับให้เป็ดเป็นไก่ มันเป็นไม่ได้เราก็วางซะ เป็ดก็ให้เป็นเป็ด ไก่ก็ให้เป็นไก่ วัวก็ให้เป็นวัว ควายก็ให้เป็นควาย หมูก็ให้เป็นหมู หมาก็ให้เป็นหมาซะ ให้เป็นคนละอย่างไปซะ เป็นไปตามเรื่องของมัน

ความสงบระงับเกิดขึ้นที่ใจ

ถ้ารู้ในใจอย่างนี้แล้ว เรียกว่าความรู้เท่าเกิดขึ้นมา ถึงแม้เรามีลูกก็ไม่หลงลูก มีหลานก็ไม่หลงหลาน มีทรัพย์ก็ไม่หลงทรัพย์ มีทรัพย์สินเงินทองก็ไม่หลง ไม่หลงวัน ไม่หลงเดือน ไม่หลงปี ไม่หลงบาป ไม่หลงบุญ ไม่หลงคุณ ไม่หลงโทษ ไม่หลงอดีต ไม่หลงอนาคต ไม่หลงปัจจุบัน ใจเราสม่ำเสมอเปี่ยมอยู่ด้วยความสงบระงับอยู่อย่างนี้เอง เพราะเราวาง

ทำไมถึงวาง เพราะมันแก้ไม่ได้ เราก็เลยวาง ถ้าวางด้วยความรู้เท่านี่ถือว่าเราเข้าถึงธรรมะ นี่ชื่อว่าผู้เห็นธรรมะ ผู้บรรลุธรรมะ ผู้รู้เห็นธรรมะอยู่ในใจ ความไม่ยึดไม่หมาย ความสงบระงับเกิดขึ้นในใจ นี่คือผลอันที่มันได้เกิดจากการปฏิบัติในปัจจุบัน

เมื่อเรามีชีวิตอยู่ เมื่อหากว่าความสงบมีอยู่ในวันนี้ พรุ่งนี้ก็เหมือนกัน ชาติใดชาติไหนก็ตาม เมื่อวานก็ตาม วันพรุ่งนี้ก็ตาม วันนี้มันเป็นอยู่อย่างนี้แล้ว มันก็ต้อง

เป็นของมันอยู่อย่างนี้ เมื่อความแน่นอนเป็นอยู่อย่างนี้แล้ว เป็นต้น มันก็เลยสงบระงับ นี่มันสบาย

ฉะนั้นสิ่งเหล่านี้คือบุญ บุญนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ช่าง มัน อันนี้คือบุญ คือบุญอันนี้เรารู้เอง

ทำบุญแต่ไม่ได้บุญ ได้แต่บาป

บุญ...ทุกวันนี้มีพิธีรีตองมาก บุญข้าวจี่ บุญฉลองผ้าป่า บุญฉลองศาลา บุญฉลองอายุ บุญทั้งหลายเหล่านี้ยิ่งทำยิ่งโหดขึ้น ฆ่ากัน ยิงกัน แทงกัน อิจฉากัน พยาบาทกัน คือว่าคนทำบุญไม่ได้บุญทุกวันนี้ ทำบุญแล้วไม่เอาบุญ

ดังอาตมาเคยเปรียบเทียบเหมือนหมา มันนอนบนกองข้าวเปลือก คนทำบุญทุกวันนี้ นอนอยู่บนกองข้าวเปลือก ท้องร้องจ๊อก ๆ มันหิวข้าว นอนอยู่บนกองข้าวเปลือกแต่ไปหากินเศษอาหารที่อื่น กินเศษอาหารเสร็จแล้ว ก็มานอนบนกองข้าวเปลือก หิวก็ไม่รู้จักกิน ข้าวเปลือกก็คืออาหารของมันแต่มันก็ไม่รู้จัก นอนบนกองข้าวแต่ไม่รู้จักกิน ไปกินที่อื่นฉันใด เหมือนกันกับคนเราสร้างบุญ *สร้างบุญแต่ไม่รู้จักความหมายของบุญว่ามันเป็นอย่างไร ทำอย่างไรจึงจะได้บุญ แม้ทำอยู่แต่ก็ไม่รู้จักบุญเหมือนกันกับหมานอนบนกองข้าว* แม้นอนอยู่กองข้าวก็ไม่

ได้กินข้าว ไม่รู้ว่าเป็นของกินด้วยซ้ำ ไปหากินก้าง กินกระดูกกินเศษต่าง ๆ ไม่รู้จัก นี่ก็เหมือนกันฉันใด ทำบุญอย่างนี้เป็นต้น ไม่รู้จักบุญ ไปหาเอาเศษต่าง ๆ ไปหาเอาเปลือก ไปหาเอาก้างต่าง ๆ อันที่ไม่ใช่อาหาร ทำกองบวช กองโหด ฆ่าแต่วัวแต่ควาย กินแต่เหล้า กินแต่ยา คือเหมือนหากินแต่ก้างอย่างนั้น

บุญนั่นเกิดอยู่ในใจ ทำเท่าไรแต่ใจยังห่วง ไม่ได้ขูดกิเลสคอยแต่สะสมกิเลสขึ้นมา ทำบุญเพื่อโลภะ เพื่อโทสะ เพื่อโมหะ ไปบ้านไหน เมืองไหน การทำบุญก็ดีอยู่แต่คนนับวันจะร้ายยิ่งขึ้น ทำไมถึงร้ายขึ้น (เพราะคนไม่มีบุญ) บ้านไหนเมืองไหนก็เหมือนกัน ฆ่ากัน ฟันกัน เถียงกัน พ่อแม่ลูกเต้าทะเลาะกัน คนบ้านนั้นมีบาปไม่มีบุญ บ้านไหนเมืองไหนมีจิตใจเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ในเวลานั้นบ้านเมืองนั้นรู้จักบุญ คนเป็นบุญ กุศลมันเป็นบุญ สร้างบุญก็รู้จักบุญอยู่

ทุกวันนี้สร้างบุญก็ไม่รู้จักบุญ เคี้ยวแล้วคายทิ้งเหมือนควายกินฟางแล้วคายทิ้ง ฉันใด ก่อนที่จะสมาทานศีลก็ให้รู้จักว่าศีลคือการงดเว้นจากความชั่วต่าง ๆ การให้ทานก็คือไม่ให้ตระหนี่เหนียวแน่น สละความโลภ ความหลง ไม่ให้ถือเนื้อถือตัว ไม่ให้เห็นแก่ตัว **เป็นคน...**

ให้รู้จักให้ความสุขแก่ตน เป็นคน...ให้รู้จักให้ความสุขแก่ผู้อื่น สมาธิเป็นต้น เป็นคนหมั่น หมั่นในการกระทำว่าทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ทำผิดได้ผิด ทำถูกได้ถูก ภาวนา...คือตัวปัญญาของเราพิจารณาด้วยปัญญาของเรา พิจารณาอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ว่าร่างกายของเรานี้คือธรรมชาติว่าไม่ได้เป็นไปตามปรารถนาของเรา

ให้พิจารณาเห็นตามที่เป็นจริง

ถ้าเราพิจารณาเห็นได้ตามจริงดังนี้ ใจเราจะ...อยู่เหนือ...มีลูกจะอยู่เหนือลูก มีหลานจะอยู่เหนือหลาน มียศจะอยู่เหนือยศ มีลาภจะอยู่เหนือลาภ เราจะได้เป็นใหญ่ในสิ่งทั้งหลายเหล่านั้น มันมีมาก็ให้มีมา มันเสียไปก็ให้เสียไป มันเสียก็เสีย มันมาก็มา เหมือนกับรถคันมันมาก็มา คันมันไปก็ไป

ร่างกายของเราก็เหมือนกัน เวลาดีก็ดี เวลาเจ็บก็เจ็บ มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ เวลาเจ็บเวลาป่วย ก็ตัวของเราเองคนเดียว คนอื่นไม่ได้สนใจ มีแต่เรารักเขาแต่เขาไม่รักเราเลย ตาเราดี ๆ มันอยากเจ็บมันก็เจ็บอยากปวดมันก็ปวด ไม่มีค่ามีราคาอะไรเลย เราจะมาเฝ้าอะไรอยู่แถวนี้ กระดูกแขวนคอไปแขวนคอมา เนื้อไม่ได้กินหนังไม่ได้รองนั่ง แล้วลองพิจารณาดังนั้น แล้วใจเราจะได้ละได้ปล่อยวาง

คำว่าปล่อยวาง ไม่ใช่ว่าจะขนไปทิ้งลงแม่น้ำมูลหมด

เอาไว้ที่เดิมมันนั่นแหละ บางคนบอกว่าตัดไม่ได้ ก็ไม่รู้ว่าจะตัดจะฟันมันไปทำไม ก็เก็บมันไว้นั่นแหละ เงินก็เอาไว้อย่างเก่า ลูกเต้าเล้าหลานก็เอาไว้นั่นแหละ ให้มาเปลี่ยนแต่ความเห็น ไก่ก็ให้เป็นไก่ เป็ดก็ให้เป็นเป็ด หมูก็ให้เป็นหมู หมาก็ให้มันเป็นหมา ควายก็ให้เป็นควาย วัวก็ให้เป็นวัวเหมือนเดิม จะไปตัดมันทำไม เห็นตามสภาวะอย่างนี้เขาเรียกว่าเห็นธรรมตรัสรู้ธรรม ผู้หญิง...เห็นก็ได้ คนแก่...เห็นก็ได้ คนหนุ่มก็เห็นได้ นักบวช...เห็นก็ได้ อันนี้เรียกว่าความเห็นธรรม ครั้นเป็นความเห็นของธรรมะแล้วไม่มีที่ติ...พอดี ธรรมอันนี้ไม่สูง ไม่ต่ำ ธรรมนี้ไม่จาง ธรรมนี้ไม่เค็ม ธรรมนี้พอดี ใจเรานี้ถ้าเห็นธรรมก็จะพอดี ไม่หัวเราะ ไม่ร้องไห้ ไม่มีอะไรจะร้องไห้ ไม่มีอะไรจะหัวเราะ ไม่มีอะไรที่จะดีใจ ไม่มีอะไรที่จะเสียใจ

สภาวธรรมนี่เป็นปกติ เที่ยงตรงสบาย ท่านว่าธรรมนี่เป็นของเที่ยง มันเป็นอนิจจัง เมื่อเห็นอนิจจังแล้ว นิจจังเลยเกิด มันเลยเป็นของเที่ยง มันเลยไม่ได้หวั่นไหว สบาย...หมดสังขาร จะปรุงแต่งให้เป็นอย่างโน้นอย่างนี้ หมดเวทนาสุข หมดเวทนาทุกข์...ไม่มี ใครจะโกหกไม่ได้ เหมือนแกงของเราอร่อยพอดีทุกอย่าง แม่ครัวก็หมดวิชา

ไม่รู้จะเอาอะไรใส่อีก จะเติมน้ำปลาใส่อีกมันก็พอดีแล้ว จะเอาพริกใส่มันก็พอดีแล้ว ไม่มีอะไรจะใส่ ไม่มีอะไรจะเอาออก ไม่มีอะไรเอาเข้า เสร็จแล้วจะทำยังไงอีก... เสร็จแล้วก็กิน เรียกลูกเรียกหลานมากิน มันอร่อยแล้ว ไม่มีอะไรเอาออก ไม่มีอะไรเอาเข้า พากันมากินฉันใด... **สูทั้งหลายจงมาดูโลกนี้อันน่าตระการดุจราชรถ อันพวกคนเขลาทั้งหลายหมกอยู่ แต่ผู้รู้หาข้องอยู่ไม่ *(พุทธพจน์)*...** มากิน มาดู นั่นมันเข้าถึงธรรมะแล้ว นั่นแหละศาสนา

ใจเราจะสงบระงับ ถ้าเข้าใจในศาสนา

การไม่ทำบาปทางกาย ทางวาจา ทำใจให้เป็นบุญเป็นกุศล มีเมตตากรุณา ทำจิตใจของเราให้ผ่องใสสะอาด เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามธรรมชาติอันนี้แล้ว ใจเราก็ผ่องใสสบายสงบระงับ ศาสนาเป็นอย่างนั้น **ใจเราถึงศาสนาแล้วหรือยัง ใจเราละบาปหรือยัง ใจเราเป็นบุญกุศลหรือยัง ใจเราผ่องใสหรือยัง เราอยู่ในศาสนาแล้วหรือยัง หรืออยู่นอกศาสนา เราถึงธรรมะหรือยัง หรือยังไม่ถึงธรรมะ** พุทธศาสนาไม่ปิดบัง ไม่อำพราง เป็นศาสนาที่เปิดเผยสว่าง ถ้าเราได้เข้าไปเห็นไปเป็นอย่างนั้นแท้ ๆ ไม่ต้องไปดูหมอดูหรอก ประสาอะไร (พ่อออกแม่ออก) เมืองอุบลฯ เวลาไม่สบายไปหาดูแต่หมอ ว่าชะตาเป็นอย่างไร เคราะห์เป็นอย่างไร ปีนี้ทำไมมันโชคร้ายอย่างนี้ อีกหน่อยก็เสียเงินให้คนตาบอด จะไปยากอะไร ตาบอดเคาะหน้าเคาะหลังเอาเงินไป เจ้ามันเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ดวงเจ้าไม่ดี มาทำอย่างนี้กับเราซะ นี่แหละเรามันดวงอย่างนั้น สูไปไหนมา? ไปดูหมอกับคนตาบอดที่แท้คนไปดูยิ่งบอดกว่านั้น (บอดตาใส ยิ่งไม่มีใครรู้จักตาบอดจริงเขายังรู้นี่)

ฟังเทศน์ฟังธรรมแล้ว ให้นำไปพิจารณา

การฟังเทศน์ฟังธรรมให้นำไปพิจารณา ล้วนแต่พูดความจริงให้พวกเราฟัง ท่านฟังแล้วจะมีความสบายใจ ใจสงบเมื่อไรก็จะเห็นธรรมะเมื่อนั้น อันนี้เป็นโอวาทที่ให้พวกเราทั้งหลายซึ่งเป็นพุทธมามกะ ถ้ามีความเข้าใจอย่างนี้ ใจก็ปล่อยก็วาง มันก็หลุดพ้น ทุกข์ก็เกิดขึ้นไม่ได้ มันก็เลยพ้นทุกข์ **การพ้นทุกข์ไม่ใช่ว่ากายมันไม่เจ็บไม่ไข้...ไม่ใช่ ใจมันเห็นตามเป็นจริงต่างหาก มันหลุดออกจากสมมุติบัญญัติอันนั้น คือว่าใจมันพ้นจากทุกข์ ร่างกายนี้มันก็เจ็บก็ไข้ ต้องล้มต้องตายตามธรรมชาติของมันนั่นเอง** ท่านพูดถึงดวงจิต เพราะฉะนั้นอย่าพากันทิ้งตัวเอง อันนี้เป็นโอวาทที่พระบรมศาสดาท่านแนะนำสั่งสอน แล้วอาตมาให้สติทุกวันธรรมสวนะ ให้พากันเข้าอกเข้าใจเอาไปพินิจพิจารณาให้รู้เท่าตามเป็นจริง อย่าสงสัย

รู้สมมุติตามเป็นจริง

...ในสภาวะสมมุติ เช่น เรามีกระโถนใบหนึ่ง เราจะเรียกถ้วยก็ได้ เราใช้ร่างกายก้อนนี้อยู่ เขาจะบอกว่าดีก็ได้ เขาจะบอกว่าไม่ดีก็ได้ เพราะเรื่องดีไม่ดีเขาสมมุติขึ้นมานี่แหละ เรื่องภาวนาให้รู้เท่าตามเป็นจริงของมัน ใจเราก็จะละได้วางได้ เมื่อรู้เรื่องกระโถนและถ้วยตามเป็นจริง สภาวะอันนี้เป็นของกลาง เขาจะเรียกกระโถนเราก็สบาย เรียกหม้อก็สบาย เรียกถ้วยเราก็สบาย เพราะรู้กระโถนว่าเป็นกระโถนแล้ว เพราะเรารู้เท่าตามเป็นจริงของมันแล้ว

ความหมายของการภาวนา

การภาวนาคือ การพิจารณารู้เท่าตามที่เป็นจริงของมัน ความสงสัยก็ไม่มี ทุกข์ที่จะเกิดก็ไม่มี เขาจะเรียกถ้วยเราก็สบาย เรียกหม้อก็สบาย เพราะเราใช้ไปตามสภาวะของมัน วิมุติมันจึงเกิดตรงนี้ สมถะภาวนา...มาทำใจให้สงบ ภาษาธรรมะเรียกว่าการทำสมาธิ มีหลายอย่างบริกรรมว่า พุทโธก็ได้ ธัมโมก็ได้ สังโฆก็ได้ ต่าง ๆ นานา แล้วแต่เราจะทำ จนจิตใจของเราสงบจากความนึกคิดต่าง ๆ นานา จนจิตยับยั้งเป็นหนึ่งได้ นี่เรียกว่าการภาวนา...สมถะภาวนา

สมถะภาวนาทำใจให้สงบ เมื่อใจสงบแล้วก็เอาจิตใจมาภาวนาพิจารณาให้มันรู้เท่าความเป็นจริง จนรู้เท่าตามเป็นจริงได้ ถ้าเกิดวิปัสสนา เมื่อรู้เท่าตามเป็นจริง วิมุติก็เกิดขึ้นมา การภาวนาคือการพิจารณานี่เอง เช่น ร่างกายของเรา พระพุทธเจ้าท่านว่าไม่งาม มันไม่ใช่ของเรา พิจารณาจนรู้แจ้งจนเห็นว่าร่างกายเรานี้ไม่ได้สวยงาม

อย่างท่านให้ได้ จนเห็นว่ามันไม่ใช่ของเราอย่างท่านให้ได้ ใช้จิตพิจารณาดู พิจารณาจนเห็นว่าไม่สวยงามได้ เรียกว่า สมถะภาวนา (พิจารณาว่าไม่สวยไม่งาม เป็นมรรคเป็นผลได้หรือไม่) ตอบ...เป็นได้...ถ้าเราเห็นว่าร่างกายนี้ไม่สวยไม่งาม แค่นี้ก็เป็นมรรคแล้ว แต่มรรคเล็กหรือมรรคใหญ่เท่านั้นเอง มรรคโสดา (บัน) มีมรรคสกิทาคามี มรรคอนาคามี มรรคอรหันต์มี มันหลายมรรค มันได้ไปเรื่อยแหละมรรคนะ ขว้างไม้ใส่เพื่อนก็เป็นมรรค ถ้าความโลภโกรธ หลง ยังย่ำยีอยู่ ถ้ามีสุขมีทุกข์มาปะปน มรรคอันนี้ก็ยังไม่กล้า ยังไม่ถึงที่สุดมัน

การปฏิบัติที่ถูกต้อง

การปฏิบัติ...ถ้าปัญญาไม่รอบคอบ...ทานก็ไม่ถูก ถ้าปัญญาไม่ละเอียด...สมาธิก็ไม่เกิด ศีลก็รักษาไม่ได้ ถ้าพูดถึงการปฏิบัติแล้วปัญญามาก่อน ถ้าพูดตามปริยัติต้องทาน ศีล สมาธิ แล้วจึงปัญญา แต่ถ้าพูดถึงปฏิบัติคนต้องมีปัญญาก่อนจึงจะรู้จักการให้ทาน พอมีปัญญาแล้วการให้ทานจะสมบูรณ์ ศีล...มีปัญญาศีลก็สมบูรณ์ สมาธิมี...ปัญญาก็สมบูรณ์ ศีล สมาธิ ปัญญา มันกลมกลืนกันอย่างนี้ ถ้ามีศรัทธาเฉย ๆ ปัญญาก็เป็นอธิโมกข์เสีย (ความน้อมใจเชื่อ) เชื่อตามเขาไปเสีย ทำตามเขาเสีย ทิ้งปัญญาไม่ได้ ปัญญาต้องควบคุมทุกครั้ง ทำอะไรทุกอย่างต้องใช้ปัญญานำ

มีแล้วก็หาไม่ เกิดแล้วย่อมดับไป

ร่างกายของเรามีคน ๒ คน อยู่ด้วยกัน คือกายกับใจ สร้างความดีก็ ๒ คนเท่านี้ สร้างความชั่วก็ ๒ คน ความสุขก็ ๒ คนเท่านี้ ทุกข์ก็ ๒ คนเท่านี้ อันนี้ก็อยู่กับตัวเรา พูดให้ฟังก็ได้ยิน ถ้าได้ยินแล้วก็รู้อยู่ในนี้ (ผู้รู้อยู่ที่ไหน) ผู้รู้ก็อาศัยกายนี่แหละ บอกให้ร้องไห้ก็ร้อง บอกให้หัวเราะก็หัวเราะ บอกให้ทำอะไรก็ทำ ฉะนั้นจะทำบาปทำบุญก็อยู่ที่กายกับจิตเท่านั้น ตัวเราเป็นธรรม สภาวธรรมเกิดมาจากเหตุจากปัจจัย คือตาเห็นรูป เกิดความไม่ชอบขึ้นมา หูฟังเสียงก็เป็นเหตุ ถ้าฟังแล้วเราไม่ชอบ...ก็โกรธ นี่เรียกว่ามันเกิดมาจากเหตุ อันเหตุนี่แหละเป็นปัจจัยให้เราทำดีทำชั่ว ทำบุญ ทำบาป เพราะมีเหตุจึงมีปัจจัยเกิด ถ้าเราไม่ตัดเหตุไม่ตัดปัจจัย มันก็จะเป็นอย่างนี้ คนเป็นสิ่งสมมุติ เป็นสภาวธรรม เป็นสมมุติสังขาร มีแล้วหาไม่ เกิดแล้วดับ ไม่เป็นของใคร เป็นของว่าง ๆ ไม่มีเจ้าของ ถ้าใครคิดว่าเป็นของของเราจะเกิดทุกข์ ถ้าใครคิดว่านี่แขนเรา นี่ขาเรา นี่ลูกเรา คนนั้นแหละจะทุกข์

ขันธ์นี่ รูปนี่ นามอันนี้ ไม่ให้แบกมัน ให้ใช้เฉย ๆ พระบรมศาสดาสอนว่าอย่าแบกอย่าหาม ให้ใช้มัน ให้อยู่เหนือมัน ของเหล่านี้เป็นอนิจจัง ของเหล่านี้เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา เป็นสภาวธรรมเกิดมาจากเหตุ เกิดมาจากปัจจัย จะเป็นไปเรื่อย ๆ ไป ไม่มีอะไรเป็นแก่นเป็นสาร เป็นของว่างเป็นของศูนย์ เราได้ตามปรารถนาหรือไม่ แขน ขา หน้าตา เวลาจะเจ็บปวดก็เจ็บขึ้นมา เวลาจะตายก็ตาย ก็ไม่ได้สนใจว่าใครเป็นเจ้าของ ถึงเวลาเราเอาข้าวเอาน้ำให้กิน อาบน้ำให้ หนาวห่มผ้า ให้รักษามัน สำคัญว่าใช่จริง เวลามันจะเจ็บทำไมมันเจ็บเลย อยากแก่ก็แก่เลย อยากตายก็ตายเลย มันไม่มีเจ้าของ มันมาหลงแต่เรานั่นแหละ เพราะเราไม่พากันรู้จัก เลยทุกข์กับของเหล่านี้ ดังเขากล่าวว่า คนหนึ่งอยากได้ คนหนึ่งไม่สนใจ มันก็ของสบายง่ายปานกินกล้วย (เราอยากได้แต่เขา เขากลับไม่สนใจเรา) มันเลยทุกข์แต่เรา เมื่อเทียบกับจิตที่ยึดร่างกายเป็นของเรา คนเราเข้าใจผิด คิดว่าเป็นของเรา ให้รู้จักเรื่องราวของร่างกาย ของสังขาร ที่มันจะเปลี่ยนแปลงไป ทั้งร่างกายของเราเป็นสิ่งสมมุติ สมมุติว่าคนคนนี้เป็นนาย ก. นาย ข. เป็นสิ่งสมมุติ สมมุติว่าเป็นคน ความเป็นจริงไม่มีหรอก ถ้าเรารู้จักสมมุติ รู้จักสังขาร เราจะสบาย จะโลภ โกรธ หลง ไปทำไม (สิ่งของต่าง ๆ)

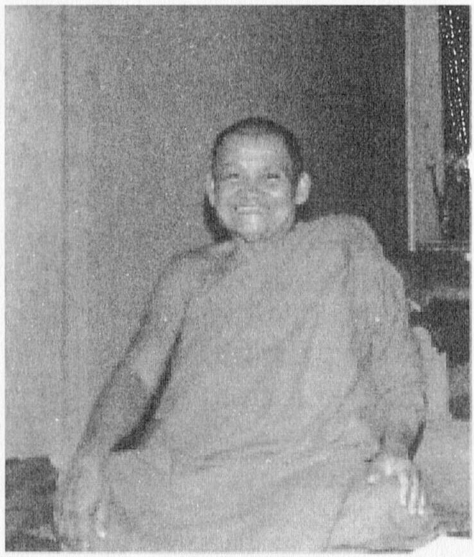
ไม่สามารถนำติดตัวไปได้ เหมือนกับการเอาเงินใส่ปากคนตายเพื่อเป็นใบเบิกทาง แต่พอเผาแล้วเราไปเขี่ยดูก็ยังเห็นอยู่ ทุกอย่างเป็นไปตามสภาวะ จะเหลือแต่คุณงามความดี ให้ทำดีเหลือความดี ทำชั่วเหลือชั่วติดตัวไป เป็นคุณธรรมในโลก เหมือนพระพุทธเจ้าสร้างคุณงามความดีเอาไว้ ถือว่าเป็นพุทธคุณ พุทโธ ธัมโม สังโฆ เหลืออยู่ **ถ้าเราอยากเห็นพระพุทธเจ้า ให้รักษาคุณธรรมของท่าน สอนอะไรก็ให้ปฏิบัติตาม กราบแต่ท่านอย่างเดียว... มันไม่ถึง ต้องรู้จักละเว้น ต้องเลิกต้องถอน จึงจะถึงพระพุทธเจ้า**

สิ่งเหล่านี้ที่บรรยายมานี้ บางคนอาจไม่เคยคิดเพราะไม่เคยฟังธรรม จึงเห็นว่าของของเราอยู่เรื่อยไป คนเราต้องพิจารณาร่างกายของเราให้ดี ตรงไหนมันสะอาด ลองพิจารณาถอนผมออกดู ถอนเล็บออกดู ถอนฟันออกดู ลอกหนังออกดู ตรงไหนมันสวย เห็นสิ่งสวยงามอยู่หรือไม่ ถ้าไม่เพิกไม่ถอนสิ่งเหล่านี้ออก จะไม่เห็นของสกปรก จะไม่เห็นสิ่งสมมุติไม่เห็นสังขาร ไม่เห็นจริงในธรรม ใจไม่สลดสังเวช เรานี้ก็เหมือนกัน ฉันใด ถ้าไม่พิจารณาลงสู่ธรรมะแล้วเป็นต้น ใจจะประมาทอยู่อย่างนี้



ศาสนาเกิดขึ้นที่ใจ

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)



คนเราทั้งหลาย...พากันเกลียดทุกข์
ความจริงทุกข์นี่แหละ...ทำให้เราฉลาด
สุขนะซิ มันจะปิดหูปิดตาเรา ทำให้เราประมาท
ความสุขนี่ก็ยังไม่ใช่ความสงบ เป็นกิเลสอย่างละเอียด...ที่คนชอบ

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

พุทธศาสนาคือความถูกต้อง

พวกเราทั้งหลาย พึ่งบุญบารมีในพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นที่พึ่งของเราทั้งหลาย อยากให้พวกเราทั้งหลายตั้งสัจวาจาไว้ว่า เรามีพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง มีพระธรรมเป็นที่พึ่ง พระสงฆ์เป็นที่พึ่ง ในหมู่มวลสัตว์ทั้งหลาย จะหาความเยือกเย็นคือธรรมะ...ไม่มี เพราะธรรมะนี้เป็นโอวาทของผู้บริสุทธิ์ หมดจด หมดจากกิเลส เป็นผู้หมดจากอาสาวะทั้งหลาย โอวาททั้งหลายเป็นคำพูดของท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระพุทธเจ้าที่เรานับถือทุกวัน ที่ท่านนิพพานไปแล้ว

แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าหากพูดถึงเรื่องปรมัตถ์ พูดถึงความจริง เอาความจริงมาพูดว่าพระพุทธเจ้าไม่ได้ไปไหน ยังไม่นิพพาน (ไม่ตาย) คือคุณธรรมยังอยู่ในโลกนี้ ถึงแม้องค์ไหนดับขันธ์ แตกขันธ์ ทำลายขันธ์ไปแล้วก็ดี มวลดินก็เป็นดิน มวลน้ำก็เป็นน้ำ มวลไฟก็เป็นไฟ มวลลมก็เป็นลม ธรรมะคือความจริงที่พระพุทธเจ้านิพพานไป

แล้วก็ตาม เกิดมาก็ตาม หรือไม่เกิดก็ตาม ความจริงคือธรรมะที่ปรากฏในโลกตลอดกาลนาน ไม่เคยดับสูญ ไม่หายไปไหน ความจริงตั้งอยู่ในโลก

ถ้าหากพวกเราทั้งหลายพากันเข้าใจถูกต้องอย่างนี้ พวกเราทั้งหลายจะได้กราบพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ตลอดกาลตลอดเวลา อย่าเข้าใจว่าท่านนิพพานไปแล้ว ยกตัวอย่างให้ฟังง่าย ๆ คือวิชาต่าง ๆ ในโลก เช่น พวกครู พวกเกษตรที่เรียนมาแล้วจนตายไป ความรู้ทั้งหลายของครูและเกษตรยังตั้งอยู่ วิชาไม่หายไปไหน พระพุทธเจ้าก็เหมือนกัน คุณธรรมของท่านยังปรากฏอยู่ในโลก ไม่สูญหาย

พวกเรายังมีบุญวาสนาบารมีอยู่ มีโชคเป็นอย่างยิ่งที่เราเกิดมาแล้วพบศาสนา ที่เรียกว่าพุทธศาสนาคือธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า แต่อย่าเข้าใจว่าเราเกิดมาแล้วอยู่ในเมืองอุบลฯ อยู่ในประเทศไทย ไม่ใช่ว่าเมืองอุบลฯ เป็นพุทธศาสนา ไม่ใช่เมืองไทย ไม่ใช่เมืองนอกเป็นพุทธศาสนา **ข้อปฏิบัติที่ถูกต้องอยู่ตรงไหนก็ปฏิบัติได้ การกระทำทางกายให้ถูกต้อง การพูดทางวาจาให้ถูกต้อง การนึกคิดทางใจให้ถูกต้อง...ความถูกต้องทุกสิ่งทุกอย่างนี่แหละท่านเรียกว่าหลักพระพุทธศาสนา** ทางกายปราศจาก

โทษ ทางวาจาปราศจากโทษ ทางจิตใจปราศจากโทษ ไม่ได้เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ทางกายก็ดี ทางวาจาก็ดี ทางใจก็ดี อันนั้นเรียกว่าการกระทำที่ถูกต้อง อันนั้นชื่อว่าพุทธศาสนา ผู้ได้ข้อประพฤติปฏิบัติยกกาย ของเจ้าของออก ยกวาจาของตัวเองออกจากความผิด ทั้งหลาย ชื่อว่าเป็นผู้มีโชคแล้วที่ได้พบพุทธศาสนา อาศัย ความสว่าง อาศัยความเป็นอยู่ อาศัยความสงบ อาศัย ความระงับ ธรรมะน้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่าน ตรัสนั้นถูกต้อง ของถูกคือของไม่ผิด สิ่งใดไม่ผิดสิ่งนั้น ถูกต้อง เราพูดไม่ผิด ทำไม่ผิด คิดไม่ผิด ความไม่ผิด นั่นแหละมันพ้นผิดขึ้นมา ถ้าเราไม่ผิดมันก็เป็นเหตุ เป็น ปัจจัยให้เกิดผลขึ้นมา คือ ความสุข สบายกาย สบายใจ มันเกิดมาจากการกระทำที่ถูกต้อง การกระทำที่ไม่ผิด

บุญที่มากที่สุดคือทำใจให้เป็นบุญ

เมื่อบุคคลทั้งหลายปฏิบัติอยู่ที่ใดก็ตาม เห็นอยู่ รู้อยู่ ใครคิดได้ก็ปฏิบัติได้ อยู่ที่ใดก็ตาม ถือว่าเป็นผู้มีโชคที่เราพบพุทธศาสนา คือธรรมะคำสั่งสอนของท่าน และอีกประการหนึ่งการปฏิบัติของพุทธศาสนาของเราทั้งหลายทุกวันนี้ โดยมากทั้งพระเณร ทั้งญาติโยมทั้งหลายคอยจะเข้าใจผิด อย่างการทำบุญ เป็นต้น

การทำบุญที่สูงสุด...คือการทำใจให้เป็นบุญ เป็นสิ่งสำคัญมาก เมื่อเราทำใจให้เป็นบุญเราก็ไม่ต้องไปกอบโกยอะไรให้มากมาย วัตถุสิ่งของ เงินทองต่าง ๆ เอาพอสมควร โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านให้มีธรรมะไว้ในใจ พระธรรมนั้นเมื่อเรามีความเดือดร้อนขึ้นมา เรานึกถึงพระธรรมให้เราเย็น เรามีความโลภขึ้นมา เราระลึกถึง มันก็หายไป ความโกรธก็เหมือนกัน ความหลงก็เหมือนกัน ธรรมะเป็นของเยือกเย็น เพราะสภาวธรรมทั้งหลายเป็นของพอดี ไม่เกิน ไม่เหลือ ไม่พร่อง ถ้าหากพูดถึงธรรมะตอนนี้

เราจะเห็นได้ในเฉพาะตัวเราและทั้งนอกทั้งในปัจจุบันก็ได้ เป็นต้นว่าจิตใจของเราวันนี้ มันมีจิตใจพอดี ใจที่พอดีก็เห็นว่าข้าวของเงินทองต่าง ๆ เมื่อได้รับอารมณ์มาแล้ว ไม่ดีใจมากเกินไป ดีใจพอดี ถ้าหากว่ามันจะเสียใจก็ไม่เสียใจมาก เสียใจพอดี ทั้งเสียใจอันนั้น ดีใจอันนั้นก็เลยเป็นของพอดี เพราะเรารู้เท่าถึงความพอดีที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ เมื่อความพอดีมี มันก็ตัดความไม่พอดีออก เมื่ออันไหนมันเกินความพอดี มันก็ไม่สบาย เมื่ออันไหนมันพอดีแล้วเราก็สบาย เป็นธรรมะแล้ว เป็นคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราแล้ว ไม่มีอะไรต้องแก้ไขอีกในสิ่งที่มันพอดี ใจท่านไม่เกินพอดี... ดีไม่เกินดี

ใจสบายเพราะมีความพอดี

พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนประชาชนทั้งหลาย ในหลัก ๓ ประการ คือ

๑. พระพุทธเจ้าท่านให้ละความชั่วทั้งหลาย ที่มันเกิดในทวารทั้ง ๓ ได้แก่ กายทวาร วจีทวาร มโนทวาร กายคือประตู วาจาคือประตู ใจคือประตู ปิดไว้ กั้นไว้ ที่ไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้นมา คือให้ละความชั่ว ละความไม่พอดีนี้คือการปฏิบัติธรรม เมื่อเราละสิ่งที่มันเหลือ ละสิ่งที่มันไม่พอ สภาพจิตของเราก็ถึงความพอดี เมื่อถึงความพอดีมันก็พ้นจากความไม่พอดี ถ้าเกินพอดีมันก็ไม่ดี ถ้ามันพอดีกับความพอดีอันนี้จิตใจของเราก็สบาย เมื่อความสบายเกิดขึ้นมา นี้คือผลที่มันเกิดมาจากปัญญาที่เราไม่ให้มันดีใจเกินไป ไม่ให้มันเสียใจเกินไป ให้มันรู้จักสิ่งที่พอดี เมื่อจิตรู้สึกภายในอย่างดี มันจะมีที่ตั้งเป็นฐานมั่นคงอย่างดี จิตของเราเป็นต้น มันจะยกขึ้นให้พ้นจากความผิดทั้งหลาย ความชั่วทั้งหลาย อย่างนี้เรียกว่าใจเรา

ละบาป เห็นสิ่งที่มันไม่พอดีว่าเป็นของไม่ดีก็เลยละ ถ้าละ... ก็ไม่ผิดจึงไม่บาป ถ้าได้ความดีแล้ว ให้รักษาความดีไว้ อย่าให้มันไปไม่ดีอีก สอนมันไว้ จับมันไว้ คิดมันไว้ภายในจิต นี่ได้ชื่อว่าการประพฤติปฏิบัติ

ดี...ก็อย่าติดดี เมื่อพ้นจากความชั่วทั้งหลายมาอยู่ที่ดี พระพุทธเจ้าก็พร่ำสอนอีกว่า **ดีเราก็อย่าติดมันมากนัก เดี๋ยวจะกลับมาชั่วอีก** คนเราทั้งหลายเหมือนกับกาว ปาไปตรงไหนก็ติดตรงนั้น ให้ละความชั่วแล้ว ก็ยังติดดีอีก ถ้าติดอีกก็ผิดอีก **ถ้าติดอีกจะเป็นทุกข์หนัก มองไปทางไหนมีแต่คนทำผิด มีแต่เขาไม่ดี มีเราดีคนเดียว เลยเกิดความทุกข์ คนนี้ทำผิด คนนั้นทำผิด ทำถูกแต่เราคนเดียว ไปไหนก็หอบแต่ทุกข์เพราะมันติดดี ติดไปติดมาก็เลยไปชั่วอีก** พระพุทธเจ้าท่านสอนให้ละอีก...ถ้าให้ละความดีอีก ใจเราก็จะเถียงว่า เมื่อก่อนให้ทำแต่ความดี เวลามาวัดความดีก็ให้ทิ้งอีก แล้วจะเอายังไงกันแน่ กว่าจะรู้จะเห็นได้เพราะไปยึดความดี ความดีนำทุกข์มาให้เราไม่ขาดระยะ ก็เลยเบื่อ ก็เลยอาลัยอีก...ความดีนี่ก็ไม่ใช่ นี่เป็นหลักที่ ๒

หลักที่ ๓ พระพุทธเจ้ากล่าวว่า ละชั่วแล้วมาประพฤติดี **เมื่อได้ดีแล้วก็ให้อยู่เหนือดีอีก** ถ้าได้ความชั่วก็อยู่ใต้

ความชั่ว ถ้าได้ความดีแล้วก็ไปเป็นทาสของความดีอีก อันนี้ก็ไม่ถูก ได้ความดีก็ให้อยู่เหนือมัน อย่าไปอยู่ใต้มัน นี่แหละคือความพอดี ความพอดีจะสบายมาก แม้แต่การพูดก็ตั้งใจพูด พูดพอดีก็สบาย จะพูดกับเพื่อนกับฝูงก็พูดพอดีกัน ที่รู้ ที่เห็น ที่เป็น ก็สบาย ถ้าพูดมากพูดน้อยเกินไป พูดไปแล้วก็เดือดร้อนภายหลัง พอนึกได้ว่าตัวเองพูดมากเกินไปจะรู้สึกเสียใจ เพราะมันไม่พอดี ถ้ามันพอดีจะสบาย จะถือจะวาง ก็จะสบาย

ความพอดีเป็นสัมมาปฏิปทา

ความพอดีนี่แหละเป็นสัมมาปฏิปทาของจิตเรา ที่เราจะเห็นได้ ความพอดีแล้วแก้ไม่ได้ คือของพอดีแล้วไม่ต้องแก้ แม่ครัวทำอาหารก็หมดปัญญา ใครก็หมดปัญญา ความจริงแล้วแก้ไม่ได้ มันพอดีแล้ว ไม่เค็มไม่จืด อร่อยแล้ว แม่ครัวก็ไม่มีปัญญาจะไปแก้มันอีกหรอก สู้ความพอดีไม่ได้ สู้ความจริงไม่ได้ หมดที่จะแก้ หมดทางที่จะเพิ่ม หมดทางที่จะเอาออก มันหมดปัญญาแล้ว มันแก้ไม่ได้ นั่นคือของพอดี นั่นคือธรรมะ

จิตใจของพวกพุทธบริษัททั้งหลาย เมื่อเห็นธรรมะแล้วก็จะมีจิตใจพอดี ๆ สบาย ภายในจิตก็สบาย ถึงจะถูกอารมณ์มาทั้งหลาย อารมณ์นั้นแม้โลกเขาสรรเสริญว่าเป็นอารมณ์ที่ดี หรืออารมณ์ที่ชั่ว เมื่อถูกอารมณ์แล้ว จิตเราก็ให้รู้จักอารมณ์อันนั้น **ถ้าหากรู้อารมณ์อันนี้แล้ว มันจะนินทาก็ตาม มันจะสรรเสริญก็ตาม มันมากระทบกระทั่งใจของผู้ประพฤติปฏิบัติที่พอดีแล้ว มันก็เป็น**

อารมณ์ที่พอดี อะไรมาก็จะพอดี จะเกินธรรมะไม่ได้ มันจะเกินความจริงไม่ได้ มันพอดี ถ้าหากเรารู้สึกนึกคิดถึงความพอดีแล้วอย่างนี้...คือ การบรรลุถึงธรรมะ

ผู้บรรลุถึงธรรมะนั้น ก็คือ ผู้ถึงความพอดีของทุก ๆ สิ่งหมด ทุกสิ่งเป็นธรรมะ ผู้มีธรรมะไว้ในใจ คือผู้มีปัญญาไว้ในใจ เมื่อมีปัญญาไว้ในใจก็รู้ธรรมะ คืออารมณ์ทั้งหลาย อารมณ์ทั้งหลายมันคือโลก ที่มากระทบทางตาบ้าง หูเราบ้าง จมูกเราบ้าง ลิ้นบ้าง ทางกายทางจิตบ้าง มันจะมาจากไหนก็ตาม มันมาถึงสภาพพอดีแล้ว มันก็จะสลายตัวไป อารมณ์ดีก็ตาม อารมณ์ชั่วก็ตาม เมื่อมันมาถึงจิตของพระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย ผู้บรรลุถึงธรรมะแล้ว อันนั้นไม่มีอะไรจะให้ร้ายได้ มีแต่ให้ผล มีแต่เพิ่มพูนบารมีทั้งหลาย มีแต่ให้ความรู้ มีแต่ให้ความเห็น ไม่มีอะไรจะมาเป็นปฏิปักษ์ต่อใจเรา ถ้าเราคิดไม่ได้ ใจเราไม่พอดี ถ้าเขาว่าดีก็เป็นปฏิปักษ์ต่อเรา ถ้าเขาว่าไม่ดีก็เป็นปฏิปักษ์ต่อเรา อะไรก็ไม่ถูกเพราะเราไม่พอดี ถ้าหากว่าเราถึงธรรมะแล้ว รู้ถึงธรรมะแล้ว จะไม่มีอะไรมาเป็นข้าศึก มันก็อยู่อย่างเก่าของมัน ไม่มีใครทำอะไรใคร อยู่ในโลกก็ไม่มีปัญหา แต่ว่ามันมีการเข้าใจผิดเหมือนกับคนเรามีไข้ กับคนเราไม่มีไข้ที่เป็นปกติดีอยู่ ถ้าเป็นไข้มา

แล้ว ดื่มน้ำก็ไม่อร่อย กินข้าวก็ไม่อร่อย อาหารก็ไม่อร่อย ไม่อร่อยสักอย่าง มันเป็นอย่างนี้ คิดไปถึงน้ำก็เบื่อ คิดถึงอาหารก็เบื่อ ข้าวก็เบื่อ ไปไหนก็เบื่อ นั่งรถไปก็ไม่สบาย ไปเครื่องบินมันก็ไม่สบาย มันเป็นอย่างนี้แหละ... เรื่องของคนหลง

ความเป็นจริงนั้น ข้าวก็อย่างนั้น รถก็อย่างนั้น น้ำ อาหาร ทุกสิ่งทุกอย่างก็มีรสเดิมเป็นปกติ มันเป็นปกติของมันเหมือนกับเราไม่สบาย เพราะมีไข้ต่างหากหรอก มันจึงเปลี่ยนแปลงไป น้ำก็เปลี่ยนแปลงไป ข้าวก็เปลี่ยนแปลงไป ที่นั่งที่นอนก็เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพอันนั้น มันเปลี่ยนที่ใจเรานี่เอง มันไม่ได้เปลี่ยนรสของข้าว รสของน้ำ มันไม่ได้เปลี่ยนรสอาหารการอยู่การกินที่นั่งที่นอน มันก็อยู่อย่างเก่าของมัน เรามันไม่สบายต่างหาก เราจึงไปให้โทษมันทุกอย่าง

ไม่มีอะไรที่เป็นของเรา

ถ้าหากเราทั้งหลายมารู้เท่าตามเป็นจริงนั้น มันจะไม่มีอะไร มันเป็นเพราะเรา ฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงให้มองเข้ามาด้านใน อย่ามองไปข้างนอก คือมองไปทางนอกมันไม่ดี อย่าไปโทษเขา ทุกสิ่งทุกอย่างมันอยู่ของมันเหมือนเดิม มันเปลี่ยนเฉพาะเรา ของต่าง ๆ มันเป็นอยู่อย่างเดิมเขา ถ้าบรรลุถึงธรรมะจะไม่มีอะไรเป็นข้าศึก ไม่มีอะไรจะร้องไห้เสียใจ ไม่มีอะไรดีใจให้หัวเราะ ไม่มีอะไรเป็นที่ร่าเริงในโลก เป็นสิ่งที่เอาไว้ดูเฉย ๆ ดูไว้พิจารณาไว้ พอมีความพอดีแล้วใจก็จะสบาย ในโลกล้วนมีแต่ธรรมะ ไม่มีอะไรที่จะเป็นปฏิปักษ์ต่อเรา มองเห็นโลกสม่ำเสมอกัน ความสม่ำเสมอก็คือความพอดีนั่นแหละ ความไม่เล็ก ไม่ใหญ่ ไม่สั้น ไม่ยาว ไม่ต่ำ ไม่สูง ธรรมะนี้ก็เหมือนกันมองไปในสภาพอันไหน มันราบไปหมด ไม่มีอะไรมาเป็นปฏิปักษ์ มีแต่สิ่งที่จะศึกษา **ยิ่งศึกษา ยิ่งเห็น ยิ่งเป็น ยิ่งพบ ยิ่งเจริญ ยิ่งสบาย ยิ่งสนุก ฝ่ายธรรมเป็นอย่างนี้ ไม่มีอะไรจะขาดทุน** ไม่เหมือนการแข่งม้า ผู้ที่จะร้องไห้ ผู้ที่จะหัวเราะก็มี เพราะมันมีได้มีเสีย

ศึกษาธรรมะพาพ้นทุกข์

เราฟังธรรมะไม่ให้ได้ ไม่ให้เสีย ให้พอดี ใจเราเป็นคนไม่ตาย ไม่ทุกข์ ไม่สุข จะนับราคาของเขาไม่ได้ ฉะนั้น **ธรรมะนี้จึงเป็นของแปลก ยิ่งศึกษาไปเท่าไรยิ่งพ้นทุกข์ ยิ่งพ้นยาก ยิ่งพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย ท่านจึงจัดว่าเป็นปัจจัตตัง...รู้เฉพาะเจ้าของ ไม่รู้เฉพาะข้างนอก รู้เข้ามาข้างใน** หลักธรรมะอันนี้ ปฏิบัติธรรมะ ธรรมะมันอยู่ที่ไหน การปฏิบัติธรรมะไม่ได้อยู่ที่ไหนหรอก มีอยู่ที่กายที่ใจเท่านี้ เอาใจมาพิจารณากาย แล้วก็มีวัตถุอีกส่วนกลางเป็นที่ให้จิตยึดมั่นถือมั่น มีเรื่องกายเรื่องจิตสองอย่างเท่านี้นอกนี้ไปไม่มี ของข้างนอกเป็นปกติดีอยู่สม่ำเสมอ เป็นสามัญลักษณะ (ไตรลักษณ์) มีลักษณะเสมอกัน

เมื่อพระบรมครูของเราเป็นต้น ตรัสรู้ธรรมะแล้วท่านจึงเสวยวิมุติสุขอยู่ถึง ๗ วัน วิมุติมันหลุดพ้นจากสิ่งทั้งปวงเลยเป็นสุขสบาย เยือกเย็นอยู่ ๗ วัน ไม่ได้กินข้าวกินปลาไม่กะพริบตามองดูต้นพระศรีมหาโพธิ์ ๗ วัน ท่านไม่ได้กะพริบตา ถ้าพูดถึงตาเนื้อของเรามันคงจะแห้งแล้งล่ะ

ถ้าไปจ้องต้นโพธิ์อยู่ ๗ วัน อาตมาว่าคงจะตาแห้ง

คำว่า "ตาข้างใน" คือท่านพิจารณาภายในจิต คือธรรมะ จักษุของท่านพิจารณาด้วยปัญญา ปัญญาจักษุ คือมองเห็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เห็นความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เห็นสิ่งสมมุติ เห็นสิ่งที่บัญญัติ เท่าทันเหตุการณ์ ใจของท่านจึงเสวยวิมุติสุข ตื่นอยู่เสมอ ตื่นทางจิต อยู่ในวิมุติสุขของท่าน เรียกว่าปัญญาจักษุของท่าน ปัญญาท่านตื่นสว่างไสวบริสุทธิ์ เรียกว่าท่านมองดูต้นศรีมหาโพธิ์อยู่ ๗ วัน เป็นธรรมะจักษุ ปัญญาจักษุของท่าน อันนี้ก็เหมือนกันฉันใด ฉะนั้นสิ่งอื่นสิ่งใดที่เราจะพิจารณาเข้ามาในปัจจุบันของเรานี่ เราก็เห็นอยู่ตามเป็นจริงของพวกเราทั้งหลาย ดังพระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่ามันเป็นของไม่แน่นอน ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกอันนี้ที่เราเห็นมาก็ไม่แน่นอนอีก ความรักก็ไม่แน่นอน ความชังก็ไม่แน่นอน ความมีก็ไม่แน่นอน ความจนก็ไม่แน่นอน มันเป็นของมันอย่างนั้น

จงยินดีในของที่มีอยู่

พระพุทธเจ้าของเราจึงไม่ให้ยึดติด ให้ละมันไว้ในปัจจุบัน ละสิ่งที่มันมีอยู่ ให้ละในสิ่งที่เป็นอยู่ มีอยู่ ให้ละไว้แต่ไกล ให้พ้นจากความทุกข์ อย่าไปหมายมั่นมัน ไม่ใช่ว่าท่านไม่ให้ใช้ ไม่ให้สอย ไม่ให้มี ไม่ได้เป็นอย่างนั้น ให้รู้เท่าทันทุกสิ่งทุกอย่าง **ผู้รู้ทั้งหลายท่านว่า ลักษณะอันใดที่เรียกว่ามันเป็นอนิจจัง มันเป็นของไม่มั่นไม่เที่ยง มันก็เป็นของไม่มั่นไม่เที่ยงตั้งแต่ไหนแต่ไรมา พวกเราทั้งหลายหากไม่พิจารณาดูทุกข์แล้ว อยากให้มันหายจากทุกข์ไปเสียที ไปสู้รบกับความทุกข์อยู่อย่างนั้น พระพุทธเจ้าบอก...ไม่ใช่ ๆ แต่เราก็ยังเถียงว่า...ใช่ ๆ เราจึงทุกข์อยู่อย่างนั้น** ถ้าหากว่าเราทั้งหลายมองเข้ามาภายในจิตให้เป็นปัจจัตตัง ในแบบที่ท่านสอนแล้วเราจะสบาย เมื่อเราทั้งหลายมาเคารพในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ที่ท่านตรัสว่า **คาระโว จะ นิวาโต จะ สันตุฏฐี จะ กตัญญุตา กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง** ถ้าเราเคารพใน

พระพุทธพระธรรมพระสงฆ์แล้ว พึ่งบารมีคุณธรรม ๓ ประการ เราก็ควรมาพิจารณา ควรทำใจให้แจ้ง ควรทำใจให้สะอาด ควรทำใจให้สว่างไสว ควรทำใจให้รู้ ควรพิจารณาธรรมะของท่านให้รู้แจ้ง ถ้าเราเคารพในท่าน ข่มจิตทั้งหลายทั้งปวงที่จะเป็นปฏิปักษ์ต่อธรรมะ ท่านว่า... **นิวาโต จะ** คือลมพิษที่มากระทบแล้วเกิดเป็นปัจจัย มันปลุกปั่นราคะ โทสะ โมหะ ให้เกิดขึ้นมา

สันตุฏฐี จะ กตัญญุตา...พระพุทธเจ้าสอนว่าให้ยินดีในของที่มีอยู่ ยินดีในของที่มันมี อย่ายินดีในของที่ไม่มี...หลักนี้ล่ะ หลักสบายอันหนึ่ง ไม่ว่าจะมีครอบมีครัว มีสิ่งมีของ ข้าวของเงินทองสิ่งของต่าง ๆ ให้ยินดีในส่วนที่มันมีอยู่เสียก่อน อย่างวันนี้เราหาเงินได้แค่นี้แต่มันค่ำแล้ว อย่าไปคิดน้อยใจว่าได้น้อย เดี๋ยวจะนอนไม่หลับ ถ้ามัวแต่คิดก็จะทำให้นอนไม่หลับ คิดเพื่อไม่ให้เกิดทุกข์ ให้คิดถึงพอใจในของที่มีอยู่ อันใดที่มันมีอยู่...ให้ยินดีไว้เสียก่อน ยินดีในของที่มีอยู่ ในสมบัติของเรา ในความรู้ของเรา ในตระกูลของเรา ในบ้านในเรือนของเรา ถ้าไม่ยินดีในของที่มีอยู่ของเราเป็นต้น มันออกไปข้างนอก มันหาส่วนที่เกิน มันเอาส่วนที่เกิน ไม่เอาส่วนที่ตัวเองมีอยู่ ก็เลยเกิดโทษ พระพุทธเจ้าท่านจึงบอกว่าอย่าเอาส่วนเกิน

ให้เอาส่วนที่พอดี ถ้าเรายินดีในของที่มีอยู่แล้ว...เราจะสบายมากเลย อย่างเรายินดีในสกลร่างกายที่พระพุทธเจ้าท่านสอนไว้ว่า พวกท่านทั้งหลายที่อยู่กันทุกวันนี้ มันอยู่ได้เพราะสังขาร...ของเราไม่มี...มาอาศัยเขาอยู่ ครั้นเมื่อสังขารมันเป็นไปเราก็อย่าไปร้องไห้มากมาย เพราะเรามาอาศัยเขาอยู่ ถ้าเจ็บไข้มันก็เป็นของธรรมดา ก็ให้ยินดีในของที่เป็นอยู่ซะ ยินดีซะว่าเราเข้ามาอาศัยเขาอยู่ มาอาศัยบ้านเขาอยู่ ให้ยินดีในหน้าที่ของเจ้าของนั้น

อย่างสกลร่างกายที่มาอาศัยอยู่กับสังขาร เมื่อมันเจ็บเมื่อมันไข้ เมื่อมันแก่ขึ้นมาอย่างนี้ มันจะเจ็บจะปวดก็พิจารณาให้ถึงว่า เราเอาของคนอื่นมาใช้ ครั้นเจ็บก็เจ็บอยู่อย่างนั้นว่ามันเป็นของเขา ก็ให้ยินดีอยู่อย่างนั้น เขาจะให้อะไรก็เอา เราก็สบาย นี้คือเรารู้ธรรมะบรรลุถึงธรรมะในสภาวะที่เป็นรูปเป็นนามเฉพาะตัวของเรา...ยินดีในของที่มีอยู่ เมื่อเราจะรู้จักยินดีในของที่มีอยู่ อันนี้จะต้องพิจารณาธรรมะให้เป็นธรรม สรรพสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นธรรม

พุทธศาสตร์ อยู่เหนือวิทยาศาสตร์

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย "เธออย่าเข้าไปยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายในธรรมทั้งหลาย" ธรรมทั้งหลาย...คือของทุกสิ่งทุกอย่างทั้งหมด เรียกว่าธรรม เป็นอะไรก็อย่าไปยึดมั่นในสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านั้น เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งปวงนั้นยึดมั่นไม่ได้ มันไม่เป็นแก่นเป็นสาร มันไม่เป็นเรา มันไม่เป็นเขา มันไม่เป็นของของเรา มันเป็นสภาวะอันเกิดมาจากเหตุมาจากปัจจัย เมื่อมีปัจจัยอันหนึ่ง อีกสิ่งหนึ่งก็เกิดขึ้นมา แล้วมันก็ดับไป **ถ้าไม่มีเหตุไม่มีปัจจัยแล้วมันก็จะดับไป ถ้ามีเหตุมีปัจจัยมันก็จะเกิดขึ้นมาอีก** ก็เหมือนกับไฟฟ้า ถ้าเราไปเปิดสวิตช์ปั๊บก็จะมีไฟฟ้าออกมา เหตุก็คือเราไปเปิดสวิตช์ ทำอย่างนี้มันก็เกิดอย่างนั้น นี่มันเป็นเรื่องอย่างนี้ มันเป็นของไม่แน่นอน พระศาสดาท่านจึงเห็นว่า เป็นของไม่เที่ยง **สิ่งทั้งหลายท่านให้เห็นด้วยพุทธศาสตร์ ไม่ใช่วิทยาศาสตร์ พุทธศาสตร์นี่เหนือวิทยาศาสตร์ วิทยาศาสตร์...พระพุทธเจ้าท่านหยุดค้นแล้ว** ค้นอย่างไรก็เหมือนเดิม ก็เหมือนกับการขว้างก้อน

ดินขึ้นไปบนอากาศ มันก็ตกลงมาของเก่าของมัน ถึงจะขว้างขึ้นไปสูง ๆ มันก็ตกลงมาเหมือนเดิม ก็ตกลงมาที่ดินนั่นล่ะ จะขว้างขึ้นไปสูง ๆ หรือขว้างต่ำ ๆ ก็เหมือนเดิม ไม่ต้องไปพูดมากก็เพราะมันมีเรื่องอยู่เท่านี้ล่ะ... เรื่องวิทยาศาสตร์มันเป็นอย่างนี้ **เรื่องวิทยาศาสตร์ถ้าขึ้นไปก็จะสบายใจ ถ้าตกลงมาก็จะเสียใจ เดี๋ยวนี้เขาก็คิดค้นได้อยู่...แต่จะออกจากทุกข์ไม่ได้ ออกจากสุขไม่ได้** แต่พุทธศาสตร์นี้จะรู้เท่ากว่าวิทยาศาสตร์ ค้นเหนือวิทยาศาสตร์จนกว่าให้จิตใจเราพ้นจากความทุกข์ทั้งหลาย ไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ พุทธศาสตร์นี่มันออกมาจากจิต *ที่ผู้เกษมแล้วจากโอฆะทั้งหลาย (กิเลสที่ท่วมทับจิตใจของหมู่สัตว์)* คือพระพุทธเจ้าเป็นต้น ตามไม่ได้ ตามไม่ถึง

ฉะนั้น พระพุทธศาสตร์นี่ เมื่อเรามาพิจารณาจึงเป็นทางที่จะพ้นทุกข์ พระบรมศาสดาท่านจึงสอน **คาระโว จะ นิวาโต จะ สันตุฏฐี จะ กตัญญุตา กาเลนะ ธัมมัสสะวะนัง** พวกเราทั้งหลายให้ได้ฟังธรรมตามกาลตามสมัยพอสมควรเบื้องต้น ท่ามกลาง ที่สุด เหมือนเรามาฟังธรรมะวันนี้ หนุ่มก็มี กลางคนก็มี มันที่สุดแล้วก็มีมันมีแต่ไหลไป ๆ เรื่อย ๆ ผู้น้อย ผู้หนุ่ม ผู้แก่ผู้เฒ่าก็ไหลไป เรื่องมันไหลไปนี่เป็นเรื่องของธรรมะ เป็นเรื่องของสังขาร ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร ฉะนั้นเราจึงพากันหา...

หาสิ่งทั้งหลายที่มันไม่ได้ไม่เสีย ไว้ในใจของเราให้มันได้ ให้รู้รอบมันเอาไว้ในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ อย่าเข้าไปยึดมั่นหมายมั่นมัน ให้เราใช้มัน ละความชั่วแล้วก็พ้นจากความชั่ว ได้ความดีแล้วก็อย่าไปติดดี ให้อยู่เหนือดีเหนือชั่ว เมื่อทำจิตทำใจอย่างนี้เป็นพอดีแล้วเป็นธรรมะ เป็นโอวาทคำสั่งสอนของพระบรมศาสดาของเราทั้งหลาย อันนี้ไม่ใช่ว่าเราไม่เห็น เราเห็นอยู่ เรารู้อยู่ เราเป็นอยู่

ความสุข ความสบาย ความสงบ ความสงบระงับนั้น ให้หาเอาเมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ ไม่ใช่ว่ารอให้เสร็จก่อนแล้วค่อยหา...ไม่มีทางหรอก งานที่เราทำอยู่จะไม่มีวันหมด จะรอเวลาว่างคงเป็นไปได้ยาก กาลใดสมัยใดเราควรพิจารณาร่างกายของเราให้รู้เท่าสังขารซะ เกสา โลมา นะขา ทันตา ตะโจ คนหนุ่มก็ต้องคิดว่าเราจะต้องแก่ต้องเฒ่าอยู่ คนเฒ่าก็อย่าหลงว่าเราเคยเป็นหนุ่มมาแล้ว มันก็พอกันนั่นแหละ มันก็ไหล ๆ ไปไม่หยุด เหมือนต้นไม้ ถึงแม้เป็นดอกแต่ยังไม่เป็นผลมันก็หล่นได้ ผลเล็ก ๆ มันก็หล่นได้ ใกล้จะสุกแล้วมันก็หล่นได้ มันเป็นเรื่องธรรมดาของมัน เอาอะไรไว้ไม่ได้...เรื่องภายในจิตของเจ้าของก็เชื่อมันไม่ได้ ฉะนั้นพระบรมศาสดาท่านจึงสอน **อัปปะมาโท มัจจุโนปะทัง**...คนประมาทคือคนตาย เกิดขึ้นมาแล้วก็ไม่ได้อะไรขึ้นมา

ให้ได้ลิ้มรสแห่งธรรม

ฉะนั้น พวกเราพุทธบริษัทจงพากันตั้งอกตั้งใจ ให้ได้ดื่มธรรมะที่ควรได้ดื่ม เมื่อเราเกิดเป็นมนุษย์มาแล้ว ให้พากันตั้งอกตั้งใจ **ทรัพย์สินเงินทองสมบัติอันนี้สั่งสมไว้ในโลกนี้ แล้วก็ทิ้งไว้ในโลกนี้ล่ะ ทิ้งให้ลูกให้หลาน เราอาศัยมันไปไม่ได้** พระพุทธเจ้าท่านสอน เหมือนเรือ เราอาศัยพายข้ามฟาก เมื่อถึงฝั่งแล้วก็ทิ้งเรือทิ้งไม้พายไว้ในน้ำ อย่าแบกมันขึ้นไป มันไม่ใช่สิ่งควรแบก มันยากมันลำบาก หาสิ่งทั้งหลายที่มันไม่ได้ไม่เสียไว้ในใจ ก็เพียงเท่านี้แหละชีวิตเรา พอข้ามฟากไปแล้วมีชีวิตอยู่ อย่าไปมั่นอย่าไปหมาย ทำใจให้มันพอดี ใครทำในใจให้พอดีได้ ผู้นั้นมีธรรมะ อดไว้ กลั้นไว้ มีสติไว้ พยายามไว้ เพียรไว้ ถือว่าผู้ประพฤติปฏิบัติให้มีความกระจ่างแจ้ง จิตดีใจงาม สมกับคำว่า "พุทโธ" ผู้รู้ผู้ตื่นผู้เบิกบาน ธรรมะผู้ทั่วถึง สังฆะผู้ประพฤติดีประพฤติชอบ ตามองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเราตลอดกาลนาน อันนี้เป็นโอวาท

ธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าของเรา

อยากให้ญาติโยมทั้งหลายได้พากันพิจารณาให้เป็นปัจจัตตัง...รู้เฉพาะเจ้าของ ตั้งใจให้ถึงธรรมะ คือความพอดี ตลอดการยืน การเดิน การนั่ง การนอน ทุกประการ

ระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ
อันเป็นมรดกธรรมของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

เนื่องจาก พระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ประสงค์ที่จะเผยแผ่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติธรรมแก่สาธุชนทั่วไป และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับการสร้างรูปเหมือน รูปหล่อ และเหรียญวัตถุมงคลต่างๆ ของพระเดชพระคุณท่านฯ อันจะเป็นการทำให้เกิดความลุ่มหลงและศรัทธาอันเป็นมิจฉาทิฏฐิ

เพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ของพระเดชพระคุณ พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง ในนามประธานกรรมการคณะสงฆ์วัดหนองป่าพงและวัดสาขา จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการฯ ขึ้นชุดหนึ่ง เพื่อวางระเบียบการจัดการศาสนสมบัติ อันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ซึ่งต่อไปนี้จะเรียกว่า **"คณะกรรมการฯ"** ที่ประชุมคณะกรรมการฯ ได้มีมติวางระเบียบการจัดการเรื่องดังกล่าวไว้ดังนี้

๑. รูปเหรียญ รูปพิมพ์ รูปอื่นๆ หรือวัตถุมงคลใดๆ ที่ทำขึ้นเพื่อให้มีลักษณะเหมือน หรือใช้เป็นสัญลักษณ์แทน หรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นโดยเด็ดขาด

๒. รูปหล่อ รูปปั้น รูปแกะสลัก หรือรูปอื่นใดทำนองเดียวกันนี้ ที่เหมือนองค์จริงหรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ให้ทำได้เฉพาะวัดสาขา และตั้งประดิษฐานไว้ที่วัดสาขาเท่านั้น ในกรณีอื่นๆห้ามจัดทำขึ้น เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยในการขออนุญาตจะต้องทำเป็นหนังสือระบุขนาด จำนวน และสถานที่ประดิษฐานไว้อย่างชัดเจน

๓. ภาพถ่ายของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) รูปภาพ ภาพดัดแปลง แผ่นภาพ ซึ่งจัดทำโดยวิธีอื่นใด ให้มีลักษณะเป็นภาพพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ตลอดจนสำเนา ซึ่งภาพดังกล่าวจะทำขึ้นใหม่ต้องได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เว้นแต่จะจัดทำขึ้นเป็นจำนวนเล็กน้อยเพื่อบูชาเป็นส่วนตัว มิได้แจกจ่ายต่อสาธารณะ

๔. คำสอนหรือคำเทศนาของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ที่บันทึกไว้ในรูปของวีดีโอเทป ภาพยนตร์ เทปคาสเซท ซีดี หรืออุปกรณ์อย่างอื่น ทำนองเดียวกัน ห้ามทำซ้ำ ทำขึ้นใหม่ หรือแปลเป็นภาษาอื่น หรือดัดแปลง ไม่ว่าด้วยวิธีใด ๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยการอนุญาตต้องกำหนดจำนวน และอุปกรณ์ที่ใช้ ตลอดจนวิธีการเผยแผ่อย่างชัดเจน

๕. หนังสือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นใหม่ หรือทำสำเนาขึ้นใหม่ ทำซ้ำ หรือแปลเป็นภาษาอื่น (ต้นฉบับเป็นภาษาไทย) หรือดัดแปลง ไม่ว่าด้วยวิธีใด ๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ทั้งนี้ไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน การสรุปข้อความจากหนังสือ หรือดัดแปลง ตัดต่อข้อความบางส่วนของหนังสือจะกระทำมิได้โดยเด็ดขาด

๖. การเผยแผ่ธรรมะหรือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) โดยใช้เทคโนโลยีอื่น ๆ เช่น อินเตอร์เน็ต เป็นต้น จะกระทำมิได้ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ

๗. เมื่อได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ให้จัดทำขึ้นใหม่ ทำซ้ำ ทำสำเนา หรือเผยแผ่มรดกธรรมตามข้อ ๒-๖ ผู้จัดทำจะต้องนำคำขออนุญาต และคำอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ใส่ไว้ในมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย สำหรับมรดกธรรมที่ผู้ได้รับอนุญาตให้จัดทำขึ้น หากเป็นหนังสือ เอกสาร หรือโดยใช้เทคโนโลยีอื่นใดที่ใช้สำหรับอ่าน ให้นำระเบียบนี้ใส่ไว้เป็นส่วนหนึ่งของมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย ทั้งนี้ให้ขึ้นอยู่กับการพิจารณาความเหมาะสมของคณะกรรมการฯ ด้วย

๘. หากผู้ใดกระทำการฝ่าฝืนระเบียบนี้ตามข้อ ๑-๗ ที่เกิดขึ้นก่อนวันที่ออกระเบียบนี้ หรือที่จะเกิดขึ้นในกาลข้างหน้า ให้พิจารณาแก้ปัญหาดังนี้

๘.๑ ธรรมะหรือคำสอนที่แปลเป็นภาษาอื่นแล้วก่อนออกระเบียบนี้ ให้รวบรวม และนำมาตรวจสอบความถูกต้องในการแปล หากพบความผิดพลาดต้องแก้ไข ให้เรียกผู้แปล และผู้จัดทำมารับทราบและดำเนินการ หากไม่สามารถดำเนินการให้เรียบร้อยได้โดยดี ให้ดำเนินการตามข้อ ๘.๒

๘.๒ การจัดการกับการฝ่าฝืนตามข้อ ๑-๗ รวมทั้งกรณีอื่น ๆ ให้คณะกรรมการฯ พิจารณาเป็นกรณีไป โดยพิจารณาถึงเจตนาผู้กระทำ ตลอดจนการให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหาของผู้กระทำ หากมีความจำเป็นให้คณะกรรมการฯ มีอำนาจแต่งตั้งบุคคล หรือคณะบุคคล เพื่อดำเนินการกับผู้กระทำการละเมิดทั้งทางแพ่งและอาญา หรือดำเนินการอื่นใดตามที่คณะกรรมการฯ มอบหมาย โดยยึดหลักประนีประนอมเพื่อดำรงไว้ซึ่งเจตนารมณ์ และชื่อเสียงเกียรติคุณของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) และวัดหนองป่าพง และวัดสาขาเป็นสำคัญ

๙. การมอบหมายให้บุคคล หรือคณะบุคคล ดำเนินการตามข้อ ๘.๒ คณะกรรมการฯ จะต้องกำหนดหลักเกณฑ์ และขอบเขตในการดำเนินการให้แก่ผู้รับมอบหมาย และหากทำได้ให้กำหนดระยะเวลาในการดำเนินการ และรายงานสรุปผลต่อคณะกรรมการฯ ด้วย

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพงเป็นผู้รักษาการตามระเบียบการนี้ และมีอำนาจให้คำอนุญาตได้ในกรณีที่เห็นสมควร

ระเบียบนี้ออกเมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๓

ลงชื่อ เจ้าอธิการ เลี่ยม ฐิตธมฺโม

(เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง



ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรม

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

www.ajahn-chah.org

www.watnongpahpong.org

E-mail : dhamma@ajahn-chah.org

❋ วัดหนองป่าพง ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ ๐-๔๕๒๖-๗๕๖๓, ๐-๔๕๒๖-๘๐๘๔

โทรสาร ๐-๔๕๒๖-๘๐๘๔

สมทบเข้ากองทุนมรดกธรรมได้ที่

❋ ธนาคารกรุงเทพ สาขาวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

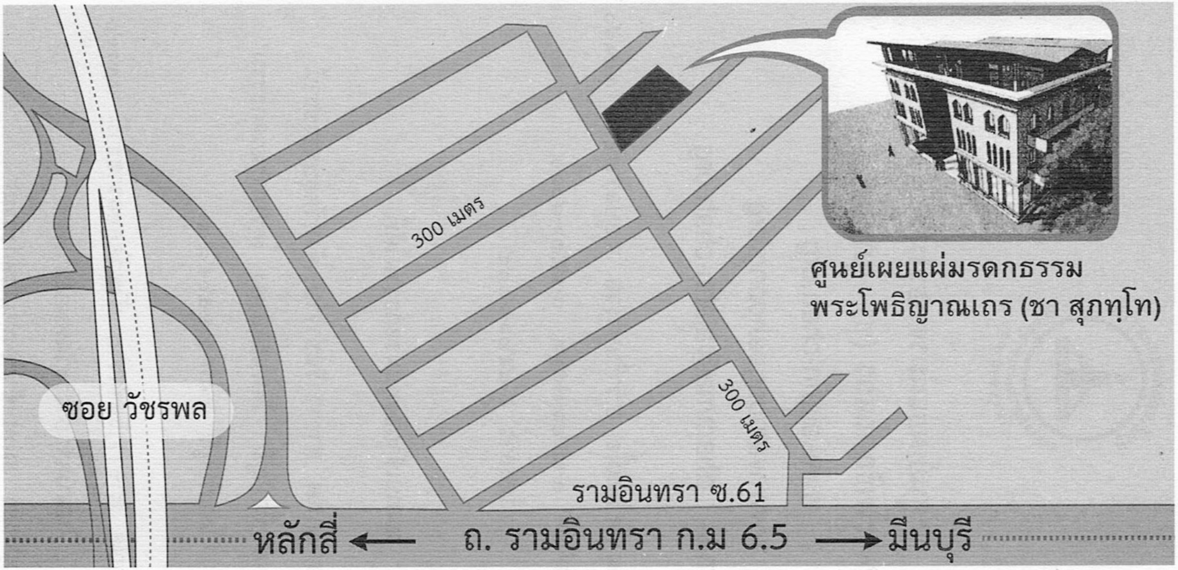
บัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี “วัดหนองป่าพง โครงการมรดกธรรม”

เลขที่บัญชี ๒๕๗-๔-๒๕๐๕๘-๑

❋ ไปรษณีย์ธนาณัติ สาขาวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

ในนามเจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

(มุมซอง สมทบเข้ากองทุนมรดกธรรม)



<u>แผนที่</u>

ศูนย์เผยแผ่มรดกธรรม พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กรุงเทพมหานคร

เลขที่ ๒๗/๒ ซอยรามอินทรา ๖๑ แยก ๑๒ ถนนรามอินทรา แขวงท่าแร้ง

เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๓๐

โทรศัพท์ / โทรสาร ๐-๒๙๔๕-๗๖๑๑

นี่...น้ำร้อน

ที่สุดของความร้อนอยู่ที่ไหน?

คำถามประโยคนี้คุณไม่ต้องตอบ

แต่ให้คุณนำเอาไปคิดด้วยปัญญา คือการภาวนา

มันเป็นคำตอบสุดท้ายในคำสอนของอาตมา

พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

พิมพ์เป็นธรรมทาน ห้ามจำหน่าย

ภาวนาเพื่อพิจารณาให้รู้ตามเป็นจริง พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) มรดกธรรมเล่มที่ ๑๐